VORWERK

Lo mejor de nosotros para su familia

Fácil
y divertido
con Thermomix



Thermomix

VORWERK

Lo mejor de nosotros para su familia

Fácil
y divertido
con Thermomix

Thermomix


2006

Esta publicación está dirigida a todos los usuarios del Thermomix, tanto para los "novatos" como para los ya iniciados que deseen obtener el máximo rendimiento de su máquina.
Les permitirá conocer, paso a paso, todas las posibilidades que nos ofrece el Thermomix. Las recetas están organizadas según las diferentes funciones y les podemos asegurar que, si invierten su tiempo realizando las preparaciones que a continuación les proponemos, muy pronto se convertirán en verdaderos expertos. Serán capaces de preparar no solo las recetas de nuestros libros sino que habrán adquirido la suficiente técnica para desarrollar toda su creatividad en la cocina.

El Thermomix, en una sola máquina y sin cambiar de accesorios, realiza las funciones de una batidora, un rallador, una báscula, una olla a vapor, un pasapurés, un exprimidor, una amasadora... y sobre todo, de un puchero mágico. Por es tan imprescindible en su cocina.

Esperamos que disfruten y comprendan el porqué del título de este libro: ¡Cocinar es fácil y divertido con Thermomix!



Teresa Barrenechea

Directora de Thermomix España
Premio Nacional de Gastronomía

Accesorios

VASO
Está fabricado con el mejor acero inoxidable disponible en el mercado y su capacidad es de 2 litros. No sobrepase esta medida para evitar que rebose su contenido. En el interior y exterior del vaso hay cuatro marcas indicando intervalos de 1/2 litro.

Velocidad Cuchara

Giro a la izquierda

Velocidad Espiga

CUCHILLAS
Las cuchillas están fabricadas por la prestigiosa firma alemana Solingen. Además de su lógica función de cortar, en velocidades bajas, (especialmente la **velocidad Cuchara** con solamente 40 revoluciones por minuto), y activando la función **Giro a la izquierda**, remueven los alimentos como si de una cuchara de madera se tratara, evitando que se peguen al vaso. El giro a la izquierda posibilita asimismo realizar un perfecto amasado cuando utilizamos la **velocidad Espiga**, que alterna 5 giros hacia la derecha y uno hacia la izquierda. Cuando estemos operando con el giro a la izquierda y con velocidad Espiga, sus símbolos aparecerán en la pantalla.

Al preparar masas, éstas pueden quedarse pegadas a las cuchillas, haciendo su limpieza más engorrosa. Para solucionarlo, una vez retirada la masa del vaso podemos "centrifugar" los restos pegados a las cuchillas simplemente dando uno o dos golpes de **Turbo** (posición **"vaso cerrado"**).

Antes de colocar las cuchillas, asegúrese de que está colocada la junta de goma.

BASE DEL VASO
Sujeta las cuchillas y permite apoyar el vaso, aunque esté caliente, fuera de la máquina sin necesidad de proteger la superficie. Cuando coloque la base del vaso gire siempre hasta que haga tope.

TAPA
Sirve para cerrar el vaso. Su orificio central, o bocal, permite la salida del vapor. Sobre la tapa se apoyan tanto el recipiente Varoma (para cocinar al vapor) como el cestillo, dependiendo de la función que se desee realizar. Compruebe siempre que la junta de goma de la tapa está puesta y encajada en las tres pestañas del interior.

CUBILETE
Principalmente sirve para cerrar el orificio central (o bocal) de la tapa evitando salpicaduras y pérdida de calor. Sirve además como referencia para medidas de volumen pequeñas: 1 cubilete (hasta el borde) equivale 100 ml y 1/2 cubilete (hasta la muesca central) a 50 ml.

Salvo cuando se especifique lo contrario en las recetas, el cubilete irá siempre colocado en el bocal de la tapa **boca arriba** [1]. Cuando se está utilizando la mariposa, se coloca boca abajo.

Cuando quiera añadir líquidos mientras la máquina está en funcionamiento, no retire el cubilete, simplemente vierta los líquidos sobre la tapa y éstos irán cayendo poco a poco dentro del vaso, a través de la ranura. Le recomendamos en estos casos llenar el cubilete hasta la mitad con agua, para evitar que éste baile.


1

Cuando vaya a trocear o triturar **alimentos crudos** utilizando velocidades superiores a 4, o cuando utilice la función **Turbo**, recomendamos que sujete con la mano el cubilete antes de poner en marcha la máquina y durante los primeros segundos.


2

CESTILLO

Tiene básicamente tres utilidades:

> **Como colador:** para colar el líquido del interior del vaso, introduzca el cestillo y sujételo con la espátula al volcar. [2]


3

> **Para cocinar por inmersión ingredientes o guarniciones** que no quiera mezclar ni triturar. Coloque los ingredientes en el cestillo y éste dentro del vaso. Para sacar el cestillo del vaso, encaje la pestaña de la espátula en el orificio de sujeción. Asegúrese de que queda bien encajado y levántelo. [3]

> **Para evitar salpicaduras:** las 4 patitas en la base del cestillo están especialmente diseñadas para que al colocarlo sobre la tapa, en lugar del cubilete, quede ligeramente elevado permitiendo la salida del vapor y evitando que el líquido rebose cuando el vaso esté muy lleno. [4]


4

ESPÁTULA

Para remover los alimentos cuando la máquina está en marcha, utilice única y exclusivamente la espátula Thermomix [5]. Introdúzcala a través del bocal de la tapa cuando ésta esté puesta y cerrada. No utilice nunca la espátula cuando esté la mariposa colocada. Con la espátula también sujetamos el cestillo para colar líquidos y para sacarlo del vaso. Su diseño permite rebañar los restos de alimentos del fondo y de las paredes del vaso, y tiene la longitud adecuada para no tocar las cuchillas.


5

MARIPOSA

Este accesorio sirve para montar claras y nata. Es ideal para preparar postres cremosos. También la utilizamos cuando estamos removiendo cantidades mayores de alimentos, cocinando a **velocidad Cuchara** y **Giro a la izquierda**.

Asegúrese siempre de que esté bien colocada antes de poner en marcha la máquina. **Nunca seleccione una velocidad superior a la 4 mientras utilice la mariposa**. Ponga el cubilete boca abajo.

VAROMA

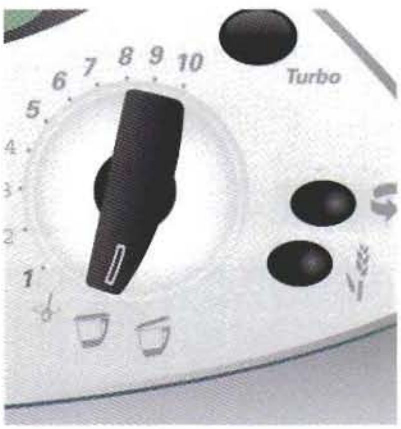
El accesorio Varoma nos permite cocinar al vapor todo tipo de alimentos, posibilitándonos la preparación de platos saludables y deliciosos. El recipiente está fabricado con el mejor acero inoxidable, y su tapa y bandeja interior con plástico de alta calidad apto para el contacto con los alimentos. [6]


6

Programaciones y Balanza



1



2



3

PROGRAMADOR DE TIEMPO

Esta aplicación es muy importante para el buen funcionamiento de las recetas y para su comodidad. La misma pantalla que muestra el peso de los ingredientes, sirve también para visualizar el tiempo –ascendente cuando no lo hemos programado, y descendente cuando sí lo hemos programado– de las diferentes recetas. Para programar los minutos y/o segundos presionaremos los dos botones que se encuentran debajo de la pantalla. [1]

Para cocinar con calor, antes de programar la temperatura deberemos NECESARIAMENTE programar el tiempo, ya que de otro modo la máquina no calentará.

Para preparar recetas en frío no es preciso programar tiempo. Sin embargo, es aconsejable hacerlo, ya que la máquina parará en el momento debido y usted no tendrá que estar pendiente.

PROGRAMADOR DE TEMPERATURA

Le ofrecemos 8 diferentes temperaturas para cocinar todo tipo de ingredientes. La temperatura más baja es 37°, ideal para atemperar chocolate, y la más alta es la temperatura Varoma, que lleva a ebullición el contenido del vaso, produciendo vapor y reduciendo salsas y líquidos.

PROGRAMADOR DE POSICIONES Y VELOCIDADES

Para poder seleccionar una velocidad entre las 11 velocidades disponibles tendremos que pasar necesariamente con el selector por la posición de **"vaso cerrado"**. Para poder abrir el vaso, tendremos que girar el selector a la posición **"vaso abierto"** [2].

También tendremos que girar el selector a la posición **"vaso cerrado"** cuando queramos activar la velocidad Espiga o Turbo.

Las velocidades van desde 40 rpm en la posición **"cuchara"** hasta las 10.000 rpm capaces de pulverizar el ingrediente más duro en velocidad 10.

BALANZA

El Thermomix lleva incorporada una balanza electrónica digital que le permitirá pesar los ingredientes dentro del vaso. En caso de que tenga que pesar un ingrediente y reservarlo para más adelante, ponga el plato o cuenco en el que vaya a poner el ingrediente sobre la tapa del vaso, pulse el botón **balanza**, y espere a que aparezca en la pantalla: "0.000"; ponga entonces el ingrediente a pesar sobre el plato o cuenco. Recuerde volver a pulsar el botón **balanza** para que se ponga de nuevo a "0.000" tras cada pesada [3].

La balanza pesa en intervalos de 5 gramos hasta llegar a los 100 gramos. A partir de los 100 gramos hasta los 2 kilogramos (peso máximo) el intervalo es de 10 gramos. El sistema necesita uno o dos segundos para reflejar el peso en la pantalla, por lo que recomendamos que vaya añadiendo los alimentos teniéndolo en cuenta.

Índice de funciones y recetas

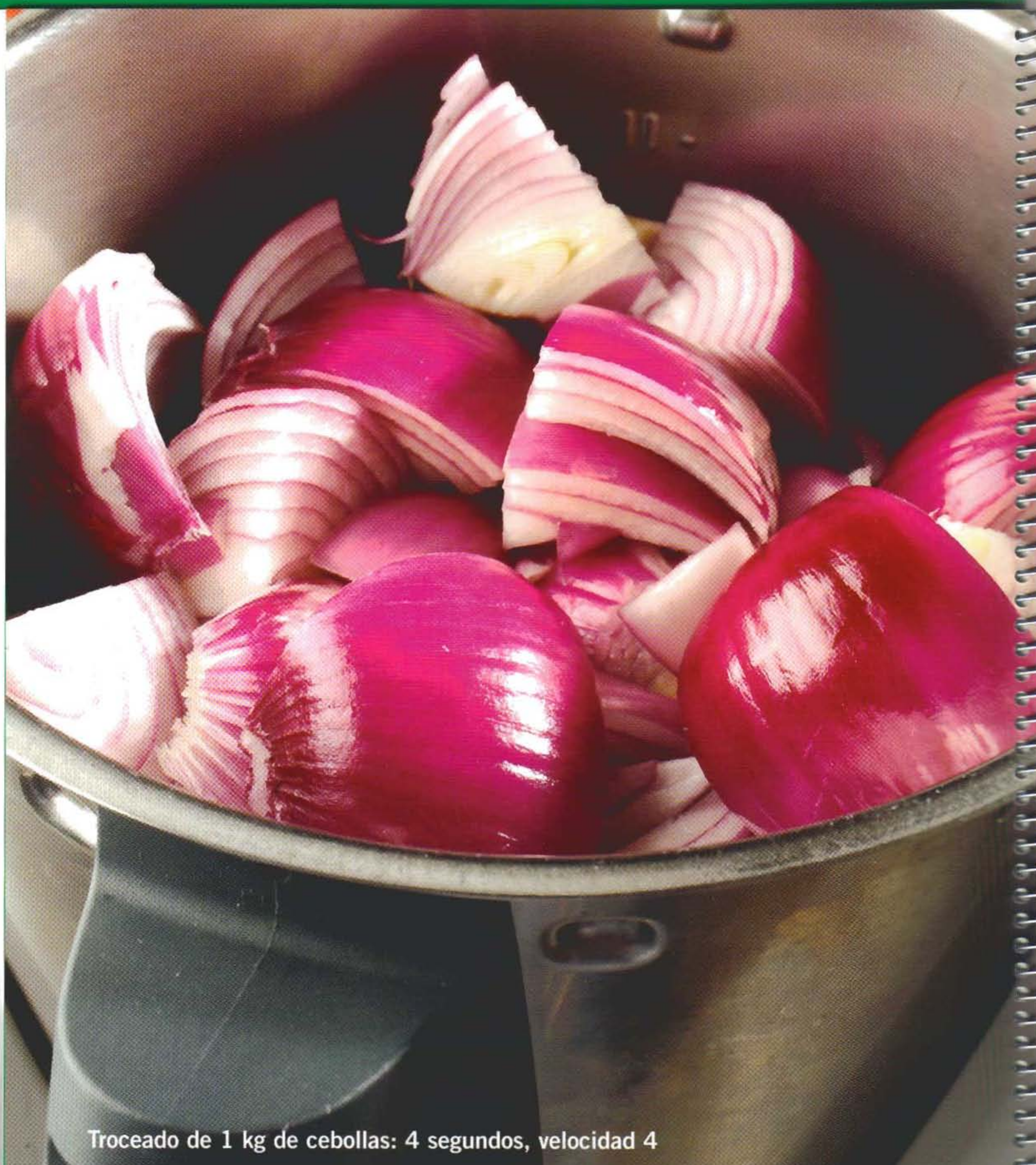
> Trocear

Ahora sustituya la tabla y el cuchillo por su Thermomix. Trocee con Thermomix **en escasos segundos** utilizando las velocidades 4 y 5. Dado que el tiempo de troceado es tan breve, deberá prestar atención para evitar licuar o triturar los ingredientes.

Para conseguir un resultado uniforme ponga los ingredientes en trozos de tamaño similar, no muy grandes. Cuando quiera trocear mucha cantidad, es decir, cuando el volumen supere la segunda marca del vaso, repártala en dos tandas o ayúdese girando la espátula dentro del vaso.

Debe situar el selector de velocidad directamente en el número indicado en la receta, sin detenerse al pasar por las demás velocidades: utilice **velocidad 4** para ingredientes blandos (patatas, cebollas, verduras de hoja, etc.) y utilice **velocidad 5** para ingredientes duros (zanahorias, bulbo de apio, lombarda, col, etc.)

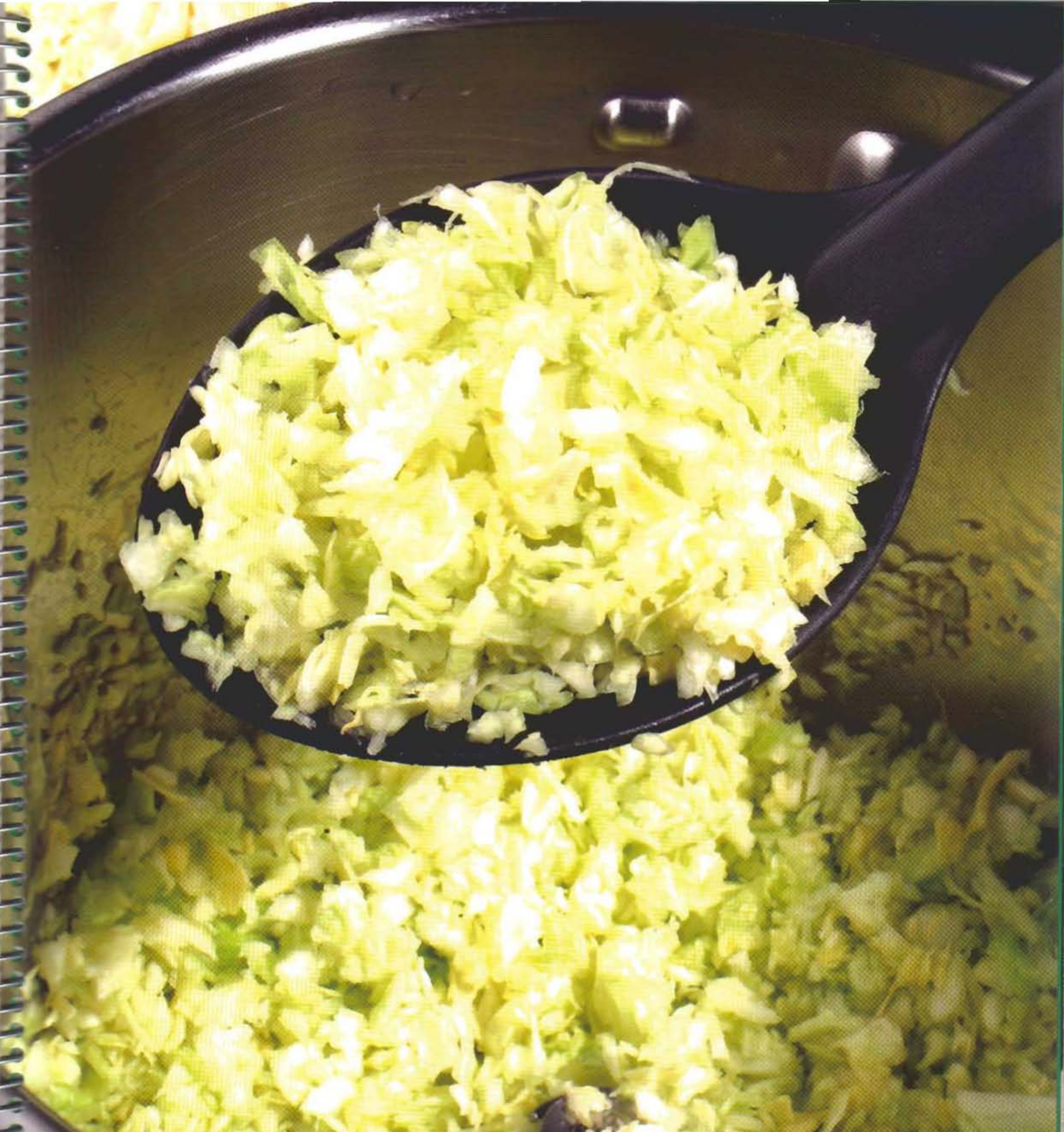
Para trocear verduras de hoja larga y escaso peso como lechugas, acelgas, espinacas; o fibrosas como apio, puerros, cebolletas, etc., se cubren con agua y se trocean en **velocidad 4**.



Troceado de 1 kg de cebollas: 4 segundos, velocidad 4




Troceado de 1 kg de col: 3 segundos, velocidad 5



Tiempo de preparación: Thermomix 3 s

(para 600 g de vinagreta)

100 g de pimiento verde
100 g de pimiento rojo
100 g de cebolla
1 huevo duro
200 g de aceite de oliva virgen extra
50 g de vinagre de vino tinto o de Jerez
10 g de sal

Vinagreta de pimientos

> Ponga en el vaso los pimientos y la cebolla cortados en trozos grandes con el resto de los ingredientes. Programe **3 segundos, velocidad 5**.

> Vierta la vinagreta en un recipiente y manténgala en el frigorífico hasta el momento de utilizarla.

Sugerencia: ideal para acompañar unos mejillones al vapor, pulpo cocido, patatas al vapor, etc.

Tiempo de preparación: Thermomix 30 s + 3 horas de reposo

(para 4 personas)

250 g de repollo
150 g de zanahorias
150 g de manzana

Para la salsa:
1 yogur natural
10 g de vinagre de vino tinto o de Jerez
70 g de mayonesa
10 g de azúcar
5 g de mostaza
5 g de sal
5 g de cebolla
5 g de aceite de oliva virgen extra

Ensalada "Coleslaw"

> Corte el repollo en cuatro trozos y programe **3 segundos, velocidad 5**. Reserve en una ensaladera.

> Ponga en el vaso las zanahorias cortadas en 2 trozos y programe **3 segundos, velocidad 5**. Reserve junto al repollo en la ensaladera.

> Ponga la manzana cortada en cuatro trozos sin las pepitas, programe **4 segundos, velocidad 4** e incorpórela a la ensaladera. Mezcle bien con la espátula.

> Ponga los ingredientes para la salsa en el vaso y programe **20 segundos, velocidad 5**. Vierta la salsa sobre la ensalada, mezcle bien y déjela reposar en el frigorífico al menos tres horas antes de servirla.



> Triturar

Triturar en frío:

Utilice **velocidad progresiva 5-10**, que consiste en girar directamente el selector desde la posición **"vaso cerrado"** ( ) hasta la **velocidad 5**, manteniéndolo unos segundos en esta velocidad, y llevándolo a **velocidad 10** en la que finalizaremos el tiempo requerido por la receta. El tiempo de trituración dependerá de la cantidad y dureza de los alimentos.

Para triturar hielo sin ningún otro ingrediente, llene el vaso como máximo hasta la mitad y programe **10 segundos** y **velocidad 5**. Si utiliza hielos de gasolinera, humedézcalos antes y presione tres veces el botón de **velocidad Turbo** antes de poner la **velocidad 5**.

El Thermomix, con sus diferentes velocidades y gran potencia, nos permite obtener espectaculares resultados de trituración, especialmente con gazpachos y zumos integrales.

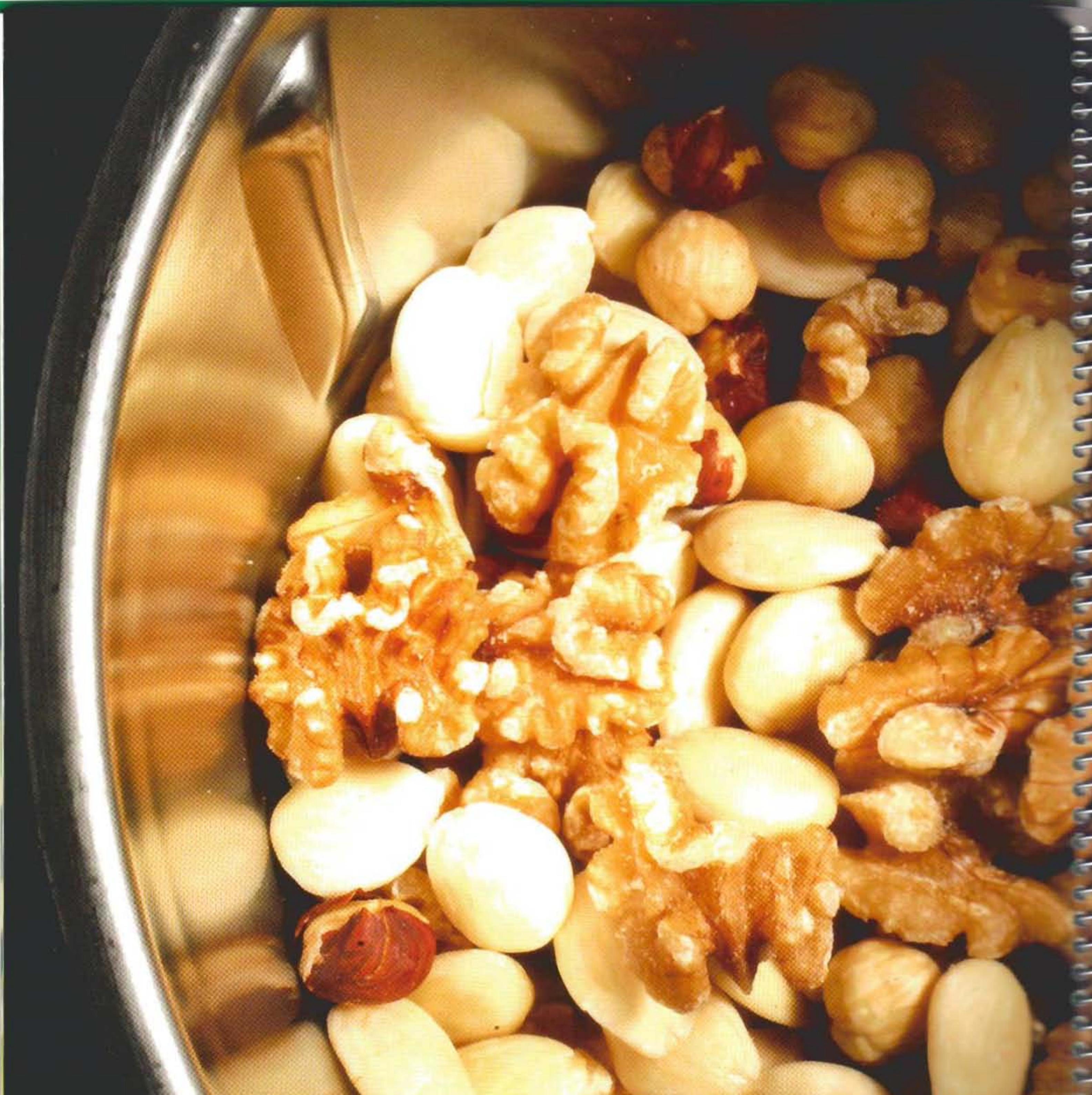
Triturar en caliente:

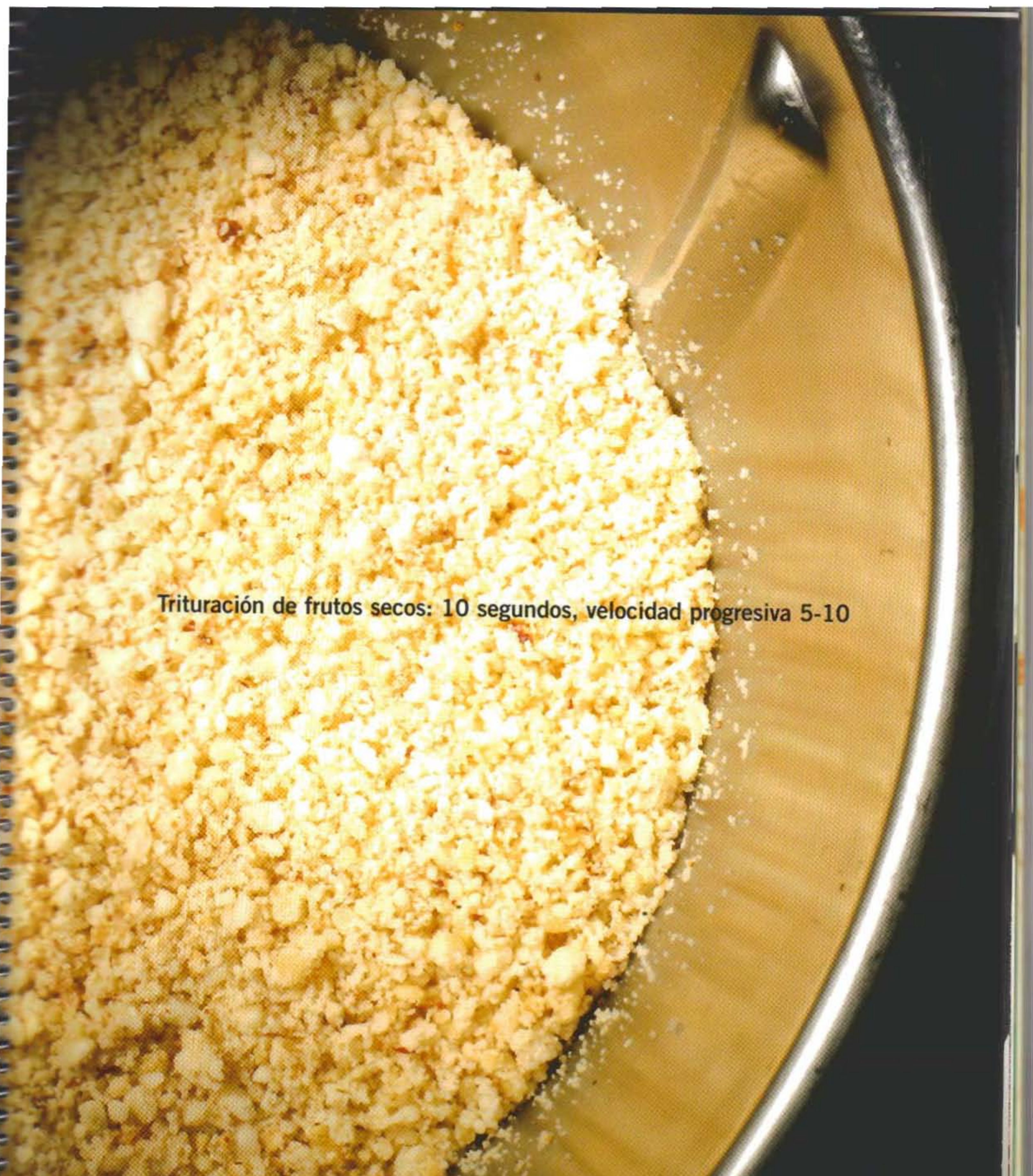
Para triturar un preparado en caliente que haya cocinado fuera del Thermomix, introdúzcalo en el vaso y siempre espere a que el termostato de la máquina detecte la temperatura, encendiéndose el indicador luminoso de los grados a los que está el contenido. Nunca ponga la máquina en funcionamiento antes de ese momento, de lo contrario podría quemarse.

La velocidad adecuada para triturar los ingredientes cocinados dependerá de la textura que se desee obtener. Puede hacerlo desde la **velocidad 5** (para una textura de pasapurés grueso), hasta la **velocidad 10** (con la que se consigue una crema muy fina). El tiempo de trituración dependerá de la cantidad y dureza de los ingredientes.

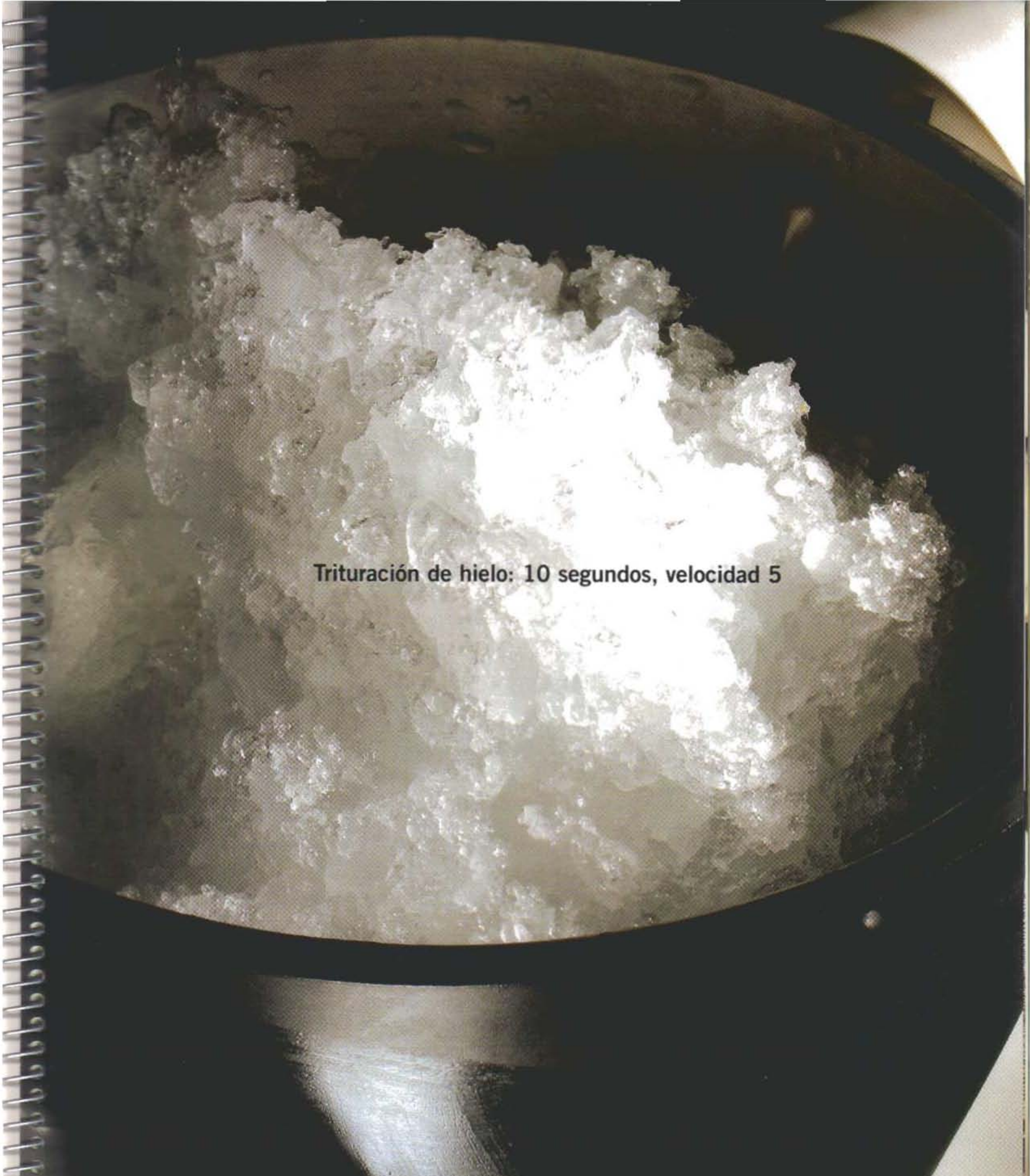
Sugerencia: reserve siempre una parte del líquido de la receta hasta comprobar, después de triturar, si lo necesita.

Para obtener un óptimo resultado con la velocidad progresiva es necesario mantener durante unos segundos la **velocidad 5**, antes de programar la **velocidad 10** o máxima. De este modo habrá troceado previamente los ingredientes facilitando su posterior trituración.




Trituración de frutos secos: 10 segundos, velocidad progresiva 5-10




Trituración de hielo: 10 segundos, velocidad 5

Crema de zanahorias

TIEMPO DE PREPARACIÓN: THERMOMIX 26 M

(para 6 personas)

500 g de zanahorias
180 g de cebolla
5 g de raíz de jengibre fresca
15 g de sal
600 g de agua
1 yogur griego
60 g de nata líquida
50 g de queso cremoso

> Saque del frigorífico los lácteos para que estén a temperatura ambiente. Ponga en el vaso las zanahorias y la cebolla cortadas en trozos y la raíz de jengibre pelada. Trocee **4 segundos, velocidad 5**.

> Añada la sal y el agua, y programe **25 minutos, temperatura 100°, velocidad 1**.

> Triture **1 minuto, velocidad 5-10**.

> Añada los lácteos y mezcle **15 segundos, velocidad 5**.

Hummus

TIEMPO DE PREPARACIÓN: THERMOMIX 1 M

(para 600 g)

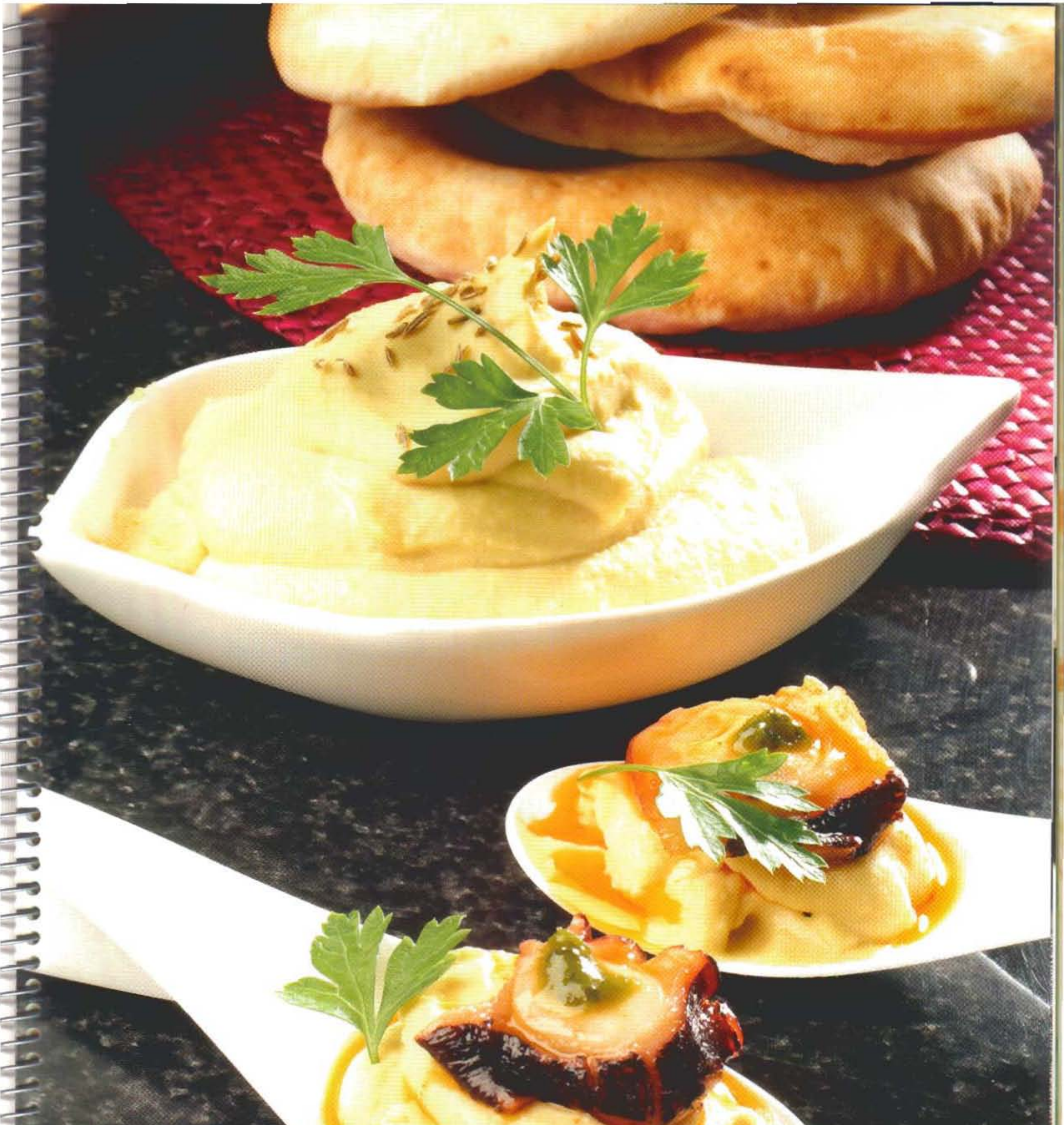
2 dientes de ajo medianos
400 g de garbanzos cocidos
60 g de agua
30 g de zumo de limón
50 g de Tahin (pasta de concentrado de sésamo)
5 g de sal
70 g de aceite de oliva virgen extra

Para servir:
1 cucharada de aceite de oliva virgen extra
1 pellizco de pimentón picante o comino
6 panes de Pita o Bagrir (ver pág. 50)



> Ponga todos los ingredientes en el vaso y programe **1 minuto, velocidad progresiva 5-10**. Sirva la preparación en un plato, rocíe con el aceite de oliva, y espolvoree el pimentón o el comino. Acompáñelo con pan de Pita o Bagrir.

Sugerencia: puede sustituir el pan por cebolletas cortadas en tiras gruesas. Si quiere sorprender con un pincho original, ponga un poco de *hummus* en una cuchara y encima una rodaja de pulpo *á feira* (rociado con aceite de oliva virgen extra y espolvoreado con pimentón en polvo y sal gorda, según la receta tradicional gallega).



Tiempo de preparación: Thermomix 30 s

"Bloody Mary" granizado

(para 8 personas)

500 g de zumo de tomate
5 gotas de salsa Perrins
4 gotas de Tabasco
30 g de zumo de limón
50 g de vodka
330 g de cubitos de hielo
Sal
Pimienta negra
1 rama de apio pequeña
(para acompañar)

> Ponga todos los ingredientes en el vaso y programe **30 segundos, velocidad 5**. Sirva en el momento.

Sugerencia: sírvase acompañado de una rama de apio y, si desea darle más aroma, decore con un poco de cebollino picado.

Tiempo de preparación: Thermomix 2 m, 10 s

Leche merengada de avellanas

(para 8 personas)

200 g de azúcar
150 g de avellanas tostadas
200 g de leche evaporada
80 g de leche en polvo
2 claras de huevo
800 g de cubitos de hielo

> Ponga en el vaso el azúcar y las avellanas, triture **10 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Si la trituración no fuera uniforme repita la operación.

> Añada el resto de los ingredientes y programe **2 minutos, velocidad progresiva 5-10**. Sirva inmediatamente la leche merengada en copas. (Si prefiere preparar este postre con antelación, guárdelo directamente en el congelador y, diez minutos antes de servirlo, vuelva a triturar en **velocidad progresiva 5-10** para obtener una textura cremosa).

Sugerencia: si desea aromatizar con licor, (de naranja, de avellanas...), añádalo junto a los demás ingredientes en el segundo paso. También puede utilizar avellanas picadas para decorar.





Tiempo de preparación: Thermomix 2 m

(para 6 personas)

2 limones medianos
2 piezas de fruta
200 g de azúcar
800 g de cubitos de hielo

Sorbete rápido

> Ponga en el vaso los limones sin la piel blanca y sin pepitas, la fruta que haya elegido pelada, el azúcar y el hielo. Programe **2 minutos, velocidad progresiva 5-10, manteniendo los primeros 30 segundos en la velocidad 5 y pasando a la 10 hasta que acabe el tiempo de la receta**.

> Compruebe que la textura es la de una crema espesa. Si el sorbete quedara líquido, añada más hielo y triture de nuevo a la misma velocidad. Vierta la preparación en copas.

Sugerencia: si prefiere preparar este postre con antelación, guárdelo directamente en el congelador y, diez minutos antes de servirlo, vuelva a triturar en velocidad progresiva 5-10 para obtener una textura cremosa.

Tiempo de preparación: Thermomix 50 s

(para 8 personas)

160 g de zumo de limón
80 g de azúcar
200 g de ron blanco de 3 años
600 g de cubitos de hielo

Daiquiri

> Ponga en el vaso todos los ingredientes excepto el hielo y programe **30 segundos, velocidad 5**.

> Incorpore el hielo y programe **20 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Sirva en el momento.

Tiempo de preparación: Thermomix 2m 30 s

(para 6 personas)

½ limón bien pelado (sin piel blanca)
2 naranjas bien peladas (sin piel blanca)
1 mango pelado y sin el hueso central
200 g de fresas limpias
100 g de azúcar
12 cubitos de hielo
Agua al gusto

Zumo integral de mango, naranja y fresas

> Ponga todos los ingredientes en el vaso y programe **30 segundos, velocidad 5**.

> A continuación, **programe 2 minutos, velocidad 10**. Acabado el tiempo, introduzca el cestillo en el vaso y, sujetándolo con la espátula, vierta el contenido en una jarra y sirva.

Daiquiri >



> Turbo

Golpes de Turbo: al pulsar el botón **Turbo**, se activa directamente la velocidad máxima (**velocidad 10**), desactivándose al soltarlo.

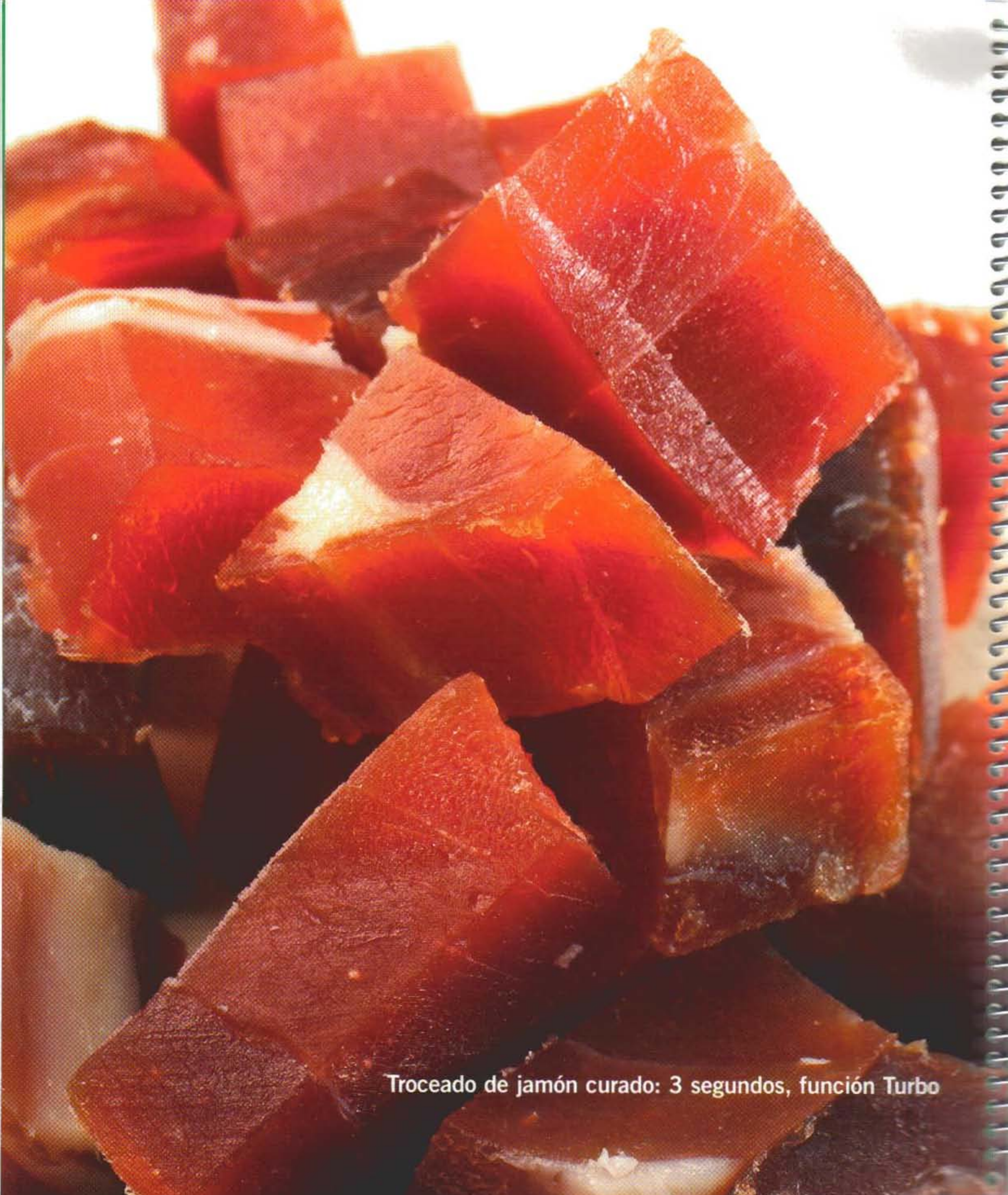
Esta función sirve para trocear **ingredientes muy duros** como tacos y puntas de jamón muy curado, quesos curados, chocolate, hielo de gasolinera (hay que humedecerlo previamente), etc., ya que si los triturase girando el selector pasando progresivamente por las diferentes velocidades, el ingrediente podría rebotar o quedar enganchado en las cuchillas sin conseguir el troceado deseado. También se dan unos golpes de Turbo como paso previo a rallar, moler y pulverizar ingredientes muy duros. No introduzca en el vaso trozos muy grandes. No llene el vaso más de la mitad cuando vaya a usar la función Turbo.

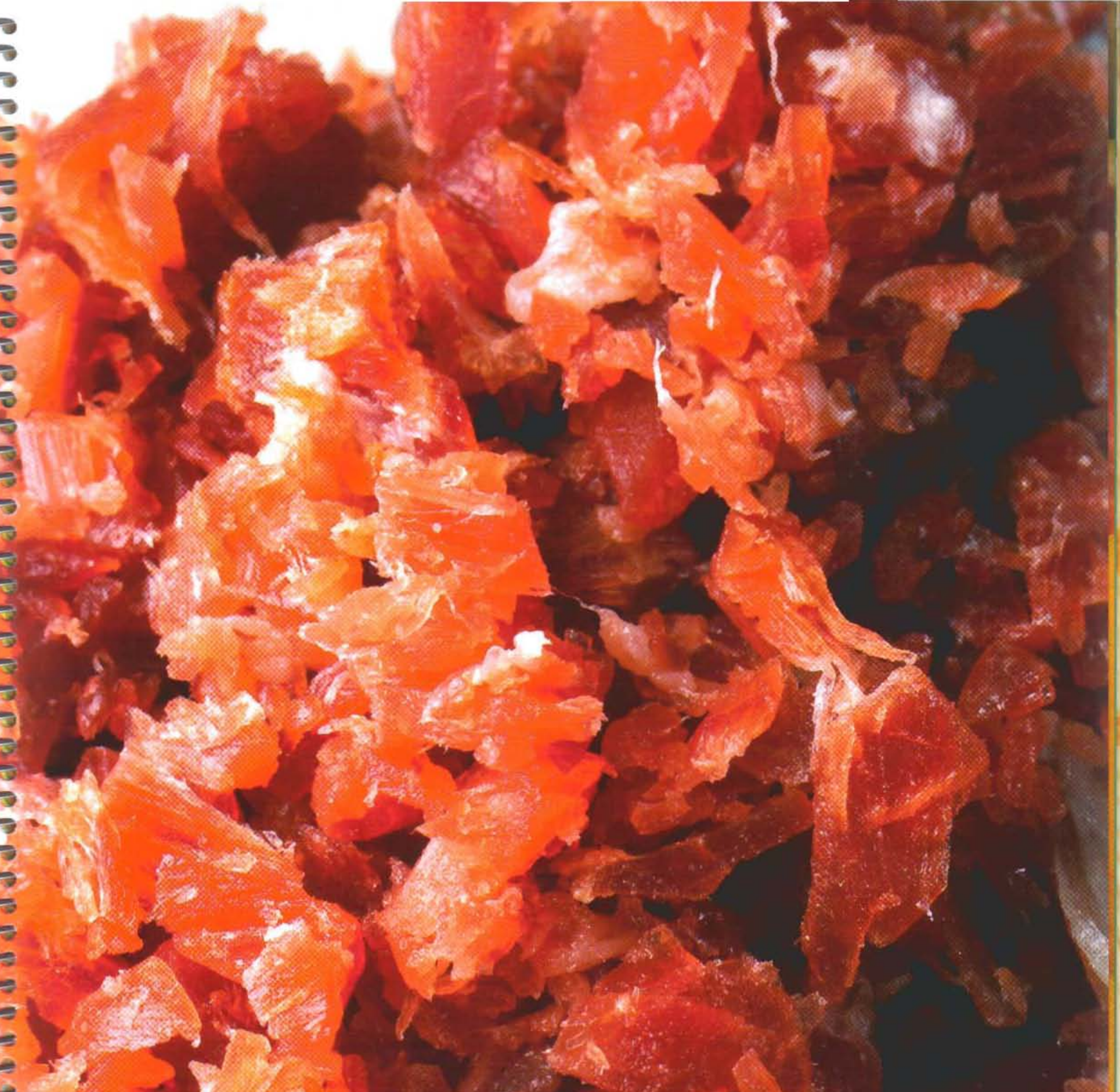
Para utilizar esta velocidad gire el selector a posición "vaso cerrado". Sujete el cubilete con la palma de una mano y presione el botón Turbo con la otra, manteniéndolo pulsado durante unos segundos hasta que consiga el troceado deseado. (El tiempo dependerá de la dureza y cantidad de los ingredientes.)

Con la función **Turbo** obtendrá resultados espectaculares en tan solo 2 ó 3 segundos en granizados y limonadas de cítricos con todo su aroma. Dado que utilizamos los cítricos con su piel, no deberemos usar la función Turbo más de esos segundos.

La función Turbo no se activará cuando la máquina detecte que los ingredientes en el vaso se encuentran a una temperatura superior a 60°.

Para usar la función Turbo con un preparado en caliente que haya cocinado fuera del Thermomix, introdúzcalo en el vaso y espere siempre a que el termostato de la máquina detecte la temperatura, encendiéndose el indicador luminoso de los grados a los que está el contenido. Nunca ponga la máquina en funcionamiento antes de ese momento, de lo contrario podría quemarse.


Troceado de jamón curado: 3 segundos, función Turbo



TIEMPO DE PREPARACIÓN: THERMOMIX 2 S

(para 6 personas)

1 litro de agua
130 g de azúcar
1 pomelo rosado

Refresco de pomelo rosado

> Ponga en el vaso el agua, el azúcar y el pomelo (sin pelar) cortado en 4 trozos. Gire el selector de velocidad a posición **"vaso cerrado"**, sujete el cubilete con la palma de una mano y presione el botón **Turbo** con la otra, manteniéndolo pulsado durante **2 segundos** (Fíjese en la pantalla digital cuando aparezca el dígito **2**).

> Introduzca el cestillo dentro del vaso y, sujetándolo con la espátula, vierta el líquido en una jarra con hielos.

Sugerencia: puede cambiar el pomelo por dos limas o dos limones medianos, en cuyo caso deberá poner la fruta entera.

TIEMPO DE PREPARACIÓN: THERMOMIX 33 S

(para 6 personas)

500 g de agua
200 g de azúcar
4 limones
800 g de cubitos de hielo

Granizado de limón rápido

> Ponga el agua, el azúcar y los limones enteros en el vaso. Gire el selector de velocidad en posición **"vaso cerrado"**, sujete el cubilete con la palma de una mano y presione el botón **Turbo** con la otra, manteniéndolo pulsado durante **3 segundos** (Fíjese en la pantalla digital cuando aparezca el dígito **3**).

> Introduzca el cestillo dentro del vaso y, sujetándolo con la espátula, cuele la limonada a una jarra.

> Vacíe y aclare el vaso. Vierta la limonada y el hielo, y programe **30 segundos, velocidad 5**. Sirva en el momento.

Refresco de pomelo rosado >



> Rallar, moler y pulverizar

Con el Thermomix podemos prescindir de una serie de accesorios de cocina, como son el rallador, el molinillo o el pasapurés. En su lugar, y dependiendo de los diferentes ingredientes, utilizaremos las velocidades correspondientes para: rallar pan o queso, moler café, pulverizar azúcar o legumbres, etc.

Cuando hagamos azúcar glass o molamos café, por ejemplo, es imprescindible que el vaso, las cuchillas y la tapa estén bien secos. Si acaba de fregar el vaso, es recomendable para secar completamente las cuchillas programar, con el vaso vacío, 20 segundos en **velocidad 10**. A esta operación la llamamos centrifugar, ya que el resto de humedad quedará "centrifugada" en las paredes del vaso y podrá eliminarla fácilmente con un papel secante o un trapo de cocina.

Con el fin de que el resultado sea homogéneo, no llene el vaso más de la mitad.

Cuando vaya a rallar, moler o pulverizar un ingrediente muy duro, utilice primero la **velocidad Turbo** unos segundos para trocearlo y gire el selector de velocidades progresivamente hasta llegar a la **velocidad 10**.

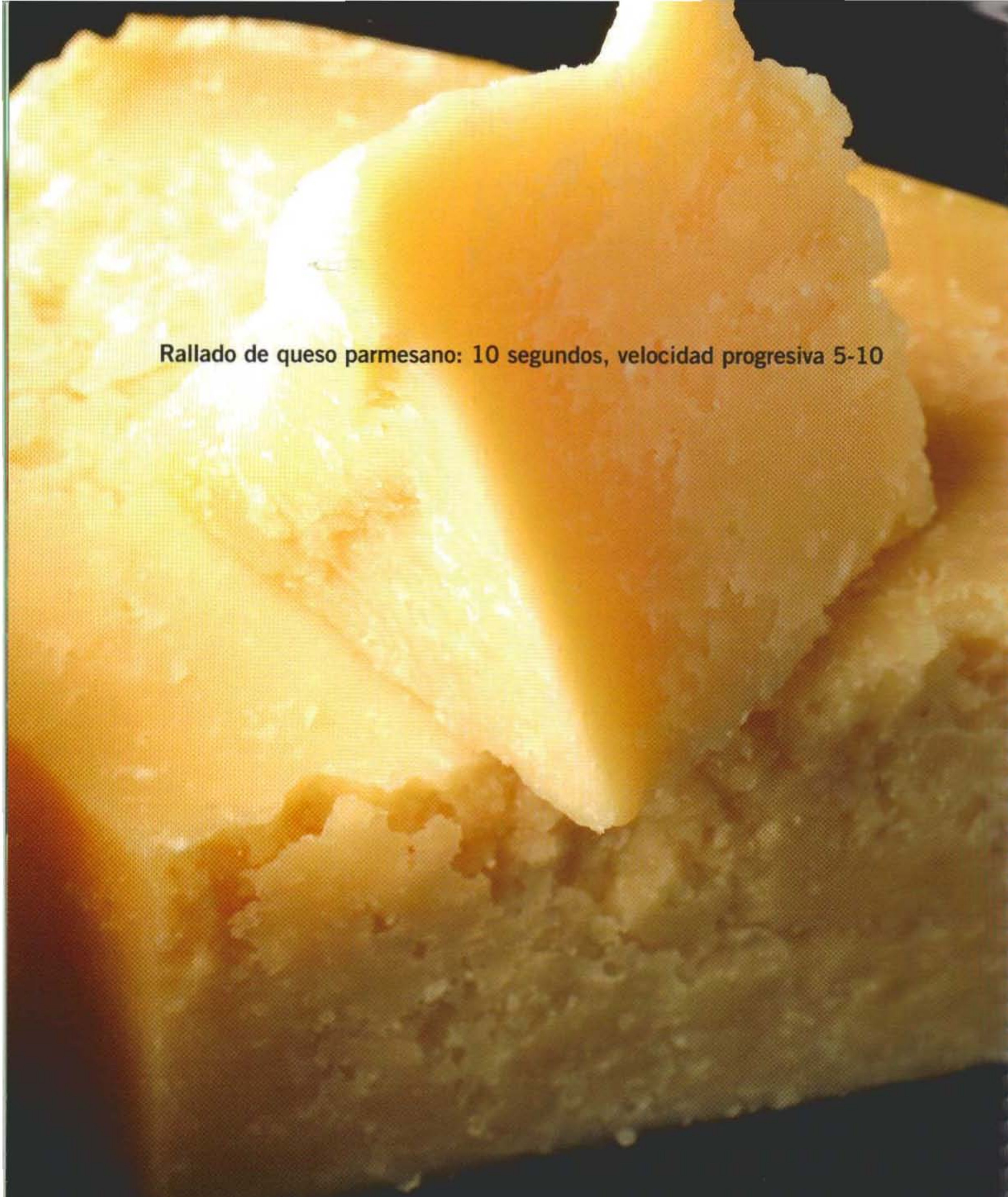
No olvide poner el cubilete.

Ejemplos:

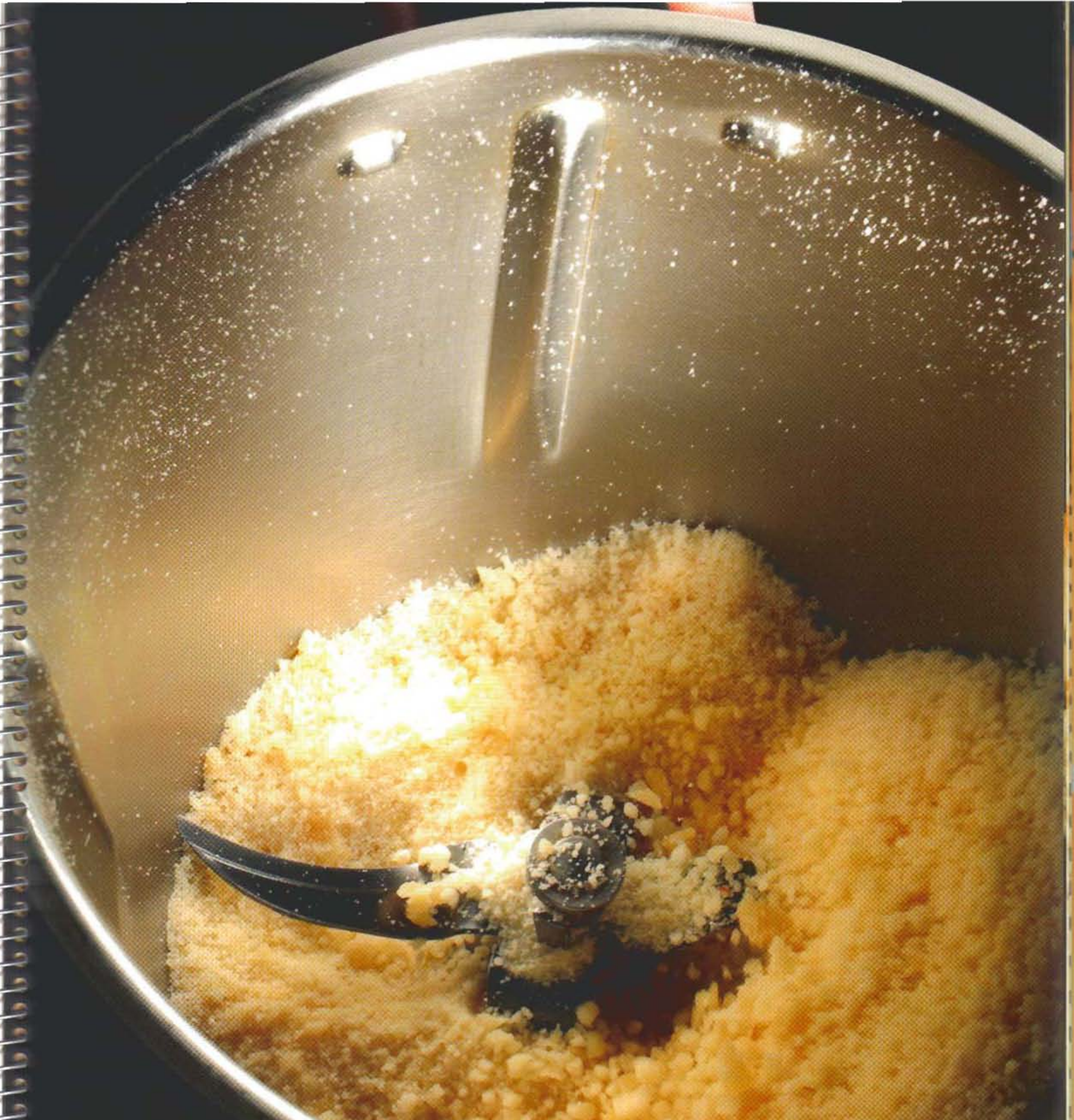
El azúcar es uno de los ingredientes más duros. Al pulverizarlo se convierte en azúcar glass. Para 250 g programe **30 segundos en velocidad 10**. Puede aromatizarlo añadiendo piel de cítricos.

Otros ingredientes que podemos rallar, moler o pulverizar son: sal gorda, pan duro, pan tierno, cereales, chocolate, frutos secos, hierbas aromáticas secas, pieles de cítricos en grandes cantidades, pimienta, nuez moscada, pimientos choriceros o ñoras, pastas, tapioca...

Para hacer harinas de maíz, arroz, garbanzos, etc., pulverice primero el ingrediente en **velocidad 10** durante 2 ó 3 minutos. Para poder agregar estas harinas a otras recetas deberá cocinarlas previamente durante 30 minutos, en **temperatura Varoma**, **velocidad 3** sin el cubilete. Pretendemos que se evapore la humedad y queden deshidratadas. Por último, deje enfriar en el vaso estas harinas y pulverícelas de nuevo. No prepare más de 1/2 kg cada vez.



Rallado de queso parmesano: 10 segundos, velocidad progresiva 5-10



Tiempo de preparación: Thermomix 10 s

(para 100 g aproximadamente)

½ barra de pan duro o tierno
2 dientes de ajo medianos
5 ramitas de perejil, solamente las hojas

Rallado de pan, ajo y perejil

> Ponga en el vaso el pan troceado, los ajos y el perejil, programe **10 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Si no hubiera quedado suficientemente rallado, repita la operación.

Conservación: se mantiene bien unos días en el frigorífico, aunque es más aconsejable congelarlo, ya que queda suelto y se puede utilizar directamente sin descongelar.

Tiempo de preparación: Thermomix 10 s

(para 200 g aproximadamente)

200 g de queso curado, cortado en trozos

Rallado de queso duro

> Ponga el queso en el vaso, programe **10 segundos, velocidad progresiva 5-10**.

Tiempo de preparación: Thermomix 5 s

(para 200 g aproximadamente)

200 g de queso blando, cortado en trozos

Rallado de queso blando

> Ponga el queso en el vaso, programe **5 segundos, velocidad 5**.

Rallado de pan, ajo y perejil >



Crema de champiñón

Tiempo de preparación: Thermomix 34 m

(para 6 personas)

60 g de arroz
250 g de champiñones
½ limón
30 g de aceite de oliva virgen extra
30 g de mantequilla
410 g de leche evaporada
600 g de agua
Sal
Pimienta blanca

> Ponga el arroz en el vaso y programe **1 minuto, velocidad 10** para pulverizarlo. Reserve.

> Rocíe los champiñones con el zumo del limón y póngalos en el vaso con el aceite y la mantequilla. Programe **4 minutos, temperatura 100º, velocidad 3**.

> Añada la harina de arroz reservada y rehogue **3 minutos, temperatura 100º, velocidad 3**.

> Incorpore el resto de los ingredientes. Programe **25 minutos, temperatura 100º, velocidad 3**.

> Triture **1 minuto, velocidad 7**. Rectifique el punto de sal, y sirva.

Sugerencias: puede sustituir la leche evaporada y el agua por 1 litro de leche de su preferencia.

Puede acompañar esta crema con unos picatostes o servirla con unos kikos troceados por encima.

Tortillitas de camarones

Tiempo de preparación: Thermomix 2 m 30 s, 30 m de reposo + tiempo de fritura

(para 30 unidades)

100 g de garbanzos crudos
100 g de harina de trigo
½ cucharadita de levadura en polvo (Royal)
½ cucharadita de sal
100 g de cebolletas frescas sin tallo, partidas por la mitad
5 ramas de perejil, solamente las hojas
320 g de agua
130 g de camarones o gambas peladas (ver nota)
Aceite de oliva para freír

> Ponga los garbanzos en el vaso, programe **2 minutos, velocidad progresiva 5-10**.

> Incorpore la harina de trigo, la levadura y la sal. Programe **10 segundos, velocidad 5**. Vierta en un recipiente y reserve.

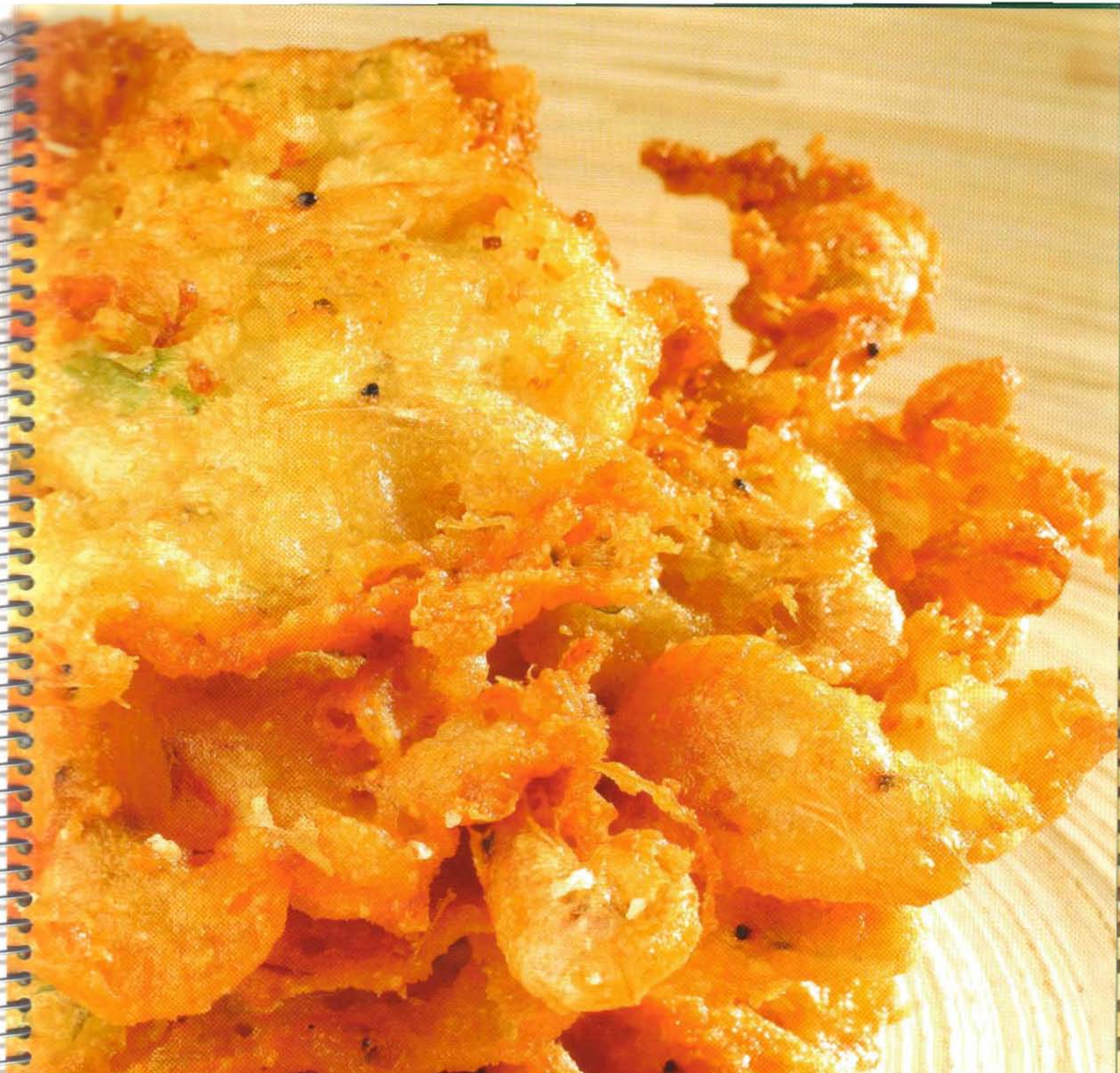
> Sin lavar el vaso ponga las cebolletas y el perejil. Trocee **5 segundos, velocidad 4**.

> Añada el agua y la mezcla de harinas reservada. Programe **10 segundos, velocidad 4**. Abra la tapa y agregue los camarones, mezcle bien con la espátula y vierta esta mezcla en un recipiente. Deje reposar 30 minutos.

> Ponga un fondo (de un dedo de grosor) de aceite de oliva en una sartén honda. Caliente el aceite a fuego fuerte hasta que empiece a humear. Utilice una cuchara sopera como medida, y vaya incorporando la mezcla a cucharadas en el aceite, forme las tortillitas extendiendo cada porción con la base de la cuchara. Fría las tortillitas por ambos lados durante 1 minuto aproximadamente en tantas tandas como sea necesario para que no se peguen unas con otras. El aceite siempre debe estar bien caliente para que las tortillitas queden doraditas y crujientes.

Nota: si utilizara gambas en lugar de camarones, además de pelarlas deberá picarlas en trozos pequeñitos (del tamaño de un camarón).

Tortillitas de camarones >



> Batir

Las velocidades para batir, dependiendo de los ingredientes, van desde **velocidad 3** hasta **velocidad 6**. Podemos batir huevos, hacer batidos de frutas, de chocolate. También podemos batir salsas, vinagretas, masas de bizcochos, etc.

En el caso de batidos mezclando líquidos con sólidos, para conseguir un resultado homogéneo, trocee primero los ingredientes sólidos en **velocidad 5** (incluso **Turbo** si se tratara de un ingrediente muy duro), y a continuación añada los líquidos y bata programando el tiempo y velocidad que indique la receta.

Aconsejamos que la cantidad total de ingredientes no sobrepase 1,5 litros.

Es importante respetar los tiempos indicados en las recetas, ya que batiendo ciertos alimentos durante más tiempo del indicado obtendríamos resultados completamente diferentes. Por ejemplo, batiendo nata más de la cuenta obtendríamos nata montada o incluso mantequilla.

Tiempo de preparación: Thermomix 24 s

Tempura *(masa japonesa para rebozar)*

(para rebozar ½ kg de gambas o verduras aproximadamente)

130 g de agua muy fría (ver Nota)
50 g de hielo (2 cubitos aprox.)
1 yema de huevo
5 g de sal
5 g de azúcar
100 g de harina de trigo
50 g de harina de maíz o harina de arroz
½ cucharadita de levadura de sobre (Royal)

> Ponga el agua y el hielo en el vaso y programe **10 segundos, velocidad 5**. Compruebe que el hielo se haya disuelto completamente.

> Añada la yema de huevo al agua fría y programe **4 segundos, velocidad 3**.

> Incorpore el resto de los ingredientes y mezcle **10 segundos, velocidad 6**. La textura quedará grumosa. Utilícela de inmediato, para obtener un resultado óptimo.

Sugerencia: dé a sus verduras y pescados un toque oriental con este rebozado acompañándolos con salsa de soja.

Nota importante: es imprescindible utilizar agua muy fría, por ello sugerimos triturar un poco de hielo con agua, completando hasta 180 g.

Tempura de verduras y gambas >



Huevos batidos

Tiempo de preparación: Thermomix 2 m

(para 4 huevos)

4 huevos
Una pizca de sal

> Ponga las yemas y las claras en el vaso.

> Programe **2 minutos, velocidad 3** (30 segundos por cada huevo).

Huevos batidos *(para un rebozado más esponjoso)*

Tiempo de preparación: Thermomix 2 m 15 s

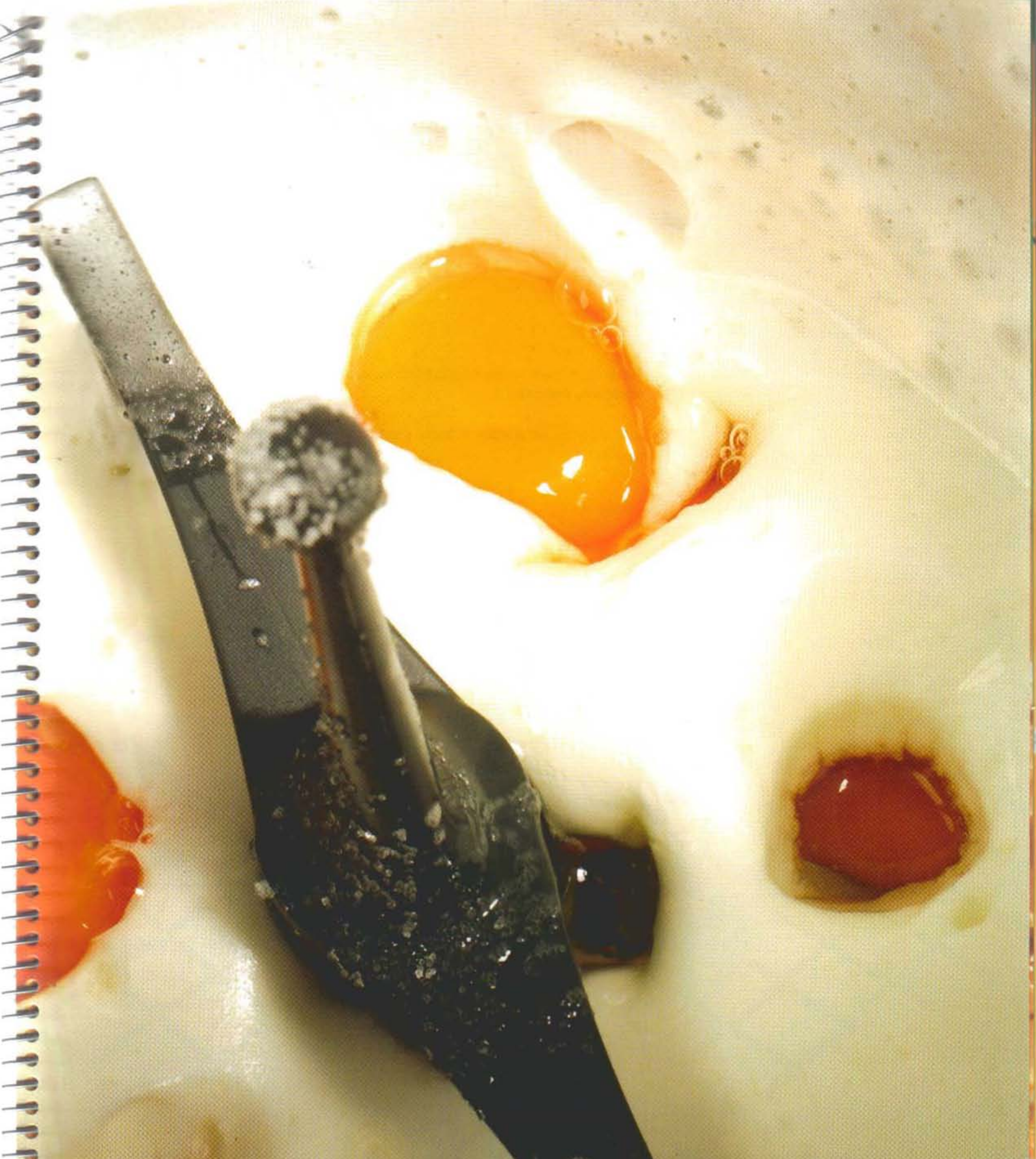
(para 4 huevos)

4 huevos
Una pizca de sal

> Separe las claras de las yemas.

> Ponga la **mariposa** sobre las cuchillas. Vierta las claras y la sal en el vaso, y programe **2 minutos, velocidad 3**.

> Incorpore las yemas al vaso y mezcle suavemente, programando **15 segundos, velocidad 3**.



Batido de plátano

Tiempo de preparación: Thermomix 1 m 10 s

(para 4 personas)

200 g de plátanos maduros
35 g de azúcar
100 g de cubitos de hielo
200 g de leche

> Ponga en el vaso todos los ingredientes, excepto la leche y programe **40 segundos, velocidad 5**.

> Incorpore la leche por el bocal y bata **30 segundos, velocidad 5**. Sirva en el momento.

Batido de chocolate

Tiempo de preparación: Thermomix 45 s

(para 4 personas)

40 g de cacao puro en polvo (sin azúcar)
200 g de cubitos de hielo
60 g de azúcar
200 g de leche evaporada
100 g de leche

> Ponga en el vaso todos los ingredientes excepto los lácteos y programe **30 segundos, velocidad 5**.

> Incorpore los lácteos por el bocal y bata **15 segundos, velocidad 5**. Sirva en el momento.

Quesada pasiega con miga de pan

Tiempo de preparación: Thermomix 18 m 45 s + 25 minutos de horno

(para 6-8 personas)

250 g de leche
180 g de azúcar
1 palito de canela en rama
1 piel de limón
85 g de miga de pan candeal
3 huevos medianos
500 g de queso de Burgos
50 g de mantequilla

1 recipiente de barro, porcelana o metal de 22 x 22 cm

> Precaliente el horno a 180°. Vierta la leche en el vaso del Thermomix con la mitad del azúcar, la canela y la piel de limón. Programe **8 minutos, temperatura 100°, velocidad 1**. Ponga en un bol la miga de pan. Introduzca el cestillo dentro del vaso y, sujetándolo con la espátula, cuele la leche sobre la miga. Reserve.

> Vacíe y enjuague el vaso. Coloque la **mariposa** en las cuchillas. Bata los huevos con el resto del azúcar, **5 minutos, temperatura 37°, velocidad 3 1/2**.

> Sin retirar la mariposa, programe **5 minutos, velocidad 3 1/2**. (No utilizamos temperatura para enfriar la mezcla).

> Incorpore al vaso el queso y mezcle **15 segundos, velocidad 4**.

> Añada el pan con leche que teníamos reservado y programe **30 segundos, velocidad 4**.

> Ponga la mantequilla en el molde y métalo en el horno para que se derrita. Saque del horno y reserve. Mantenga el horno caliente a 180°.

> Vierta la preparación sobre la mantequilla sin removerla. Hornee 25 minutos hasta que quede doradita. Sirva a temperatura ambiente.

Nota: La receta original solía utilizar un recipiente de barro o porcelana. También puede utilizarse un molde metálico cuadrado, como el de la foto (22 x 22 cm).

Quesada pasiega con miga de pan >



Tiempo de preparación: Thermomix 1 m 40 s + tiempo de reposo y fritura

(para 20 panes aproximadamente)

380 g de agua
10 g de levadura fresca prensada
1 huevo pequeño
120 g de harina de trigo
120 g de harina de maíz
1 pellizco de sal
Aceite para engrasar la sartén

Bagrir (panes planos de Oriente Medio)

> Ponga el agua en el vaso y programe **1 minuto, temperatura 37º, velocidad 1**.

> Incorpore la levadura y mezcle **10 segundos, velocidad 5**.

> Añada el huevo y mezcle **10 segundos, velocidad 3**.

> Agregue por el bocal las dos clases de harina junto con la sal, y mezcle **20 segundos, velocidad 6**. Deje reposar dentro del vaso durante 10 minutos antes de utilizarla.

> Ponga una sartén aceitada en el fuego, y cuando esté caliente vaya echando una cucharada de masa para formar los bagrir. Puede hacerlos, utilizando un aro de 8 cm de diámetro, mojándolo en aceite cada vez para evitar que se pegue. Dore los bagrir por ambos lados.

Sugerencias: los bagrir pueden acompañarse de Dulce de leche (pág. 86) o Hummus (pág. 22).

Esta receta es un ejemplo de masa en la que no utilizamos la función Espiga, dado que solamente precisamos batir la mezcla.

Bagrir con dulce de leche >



> Emulsionar

Para conseguir que dos líquidos que tienden a separarse (por ejemplo el vinagre y el aceite) queden unidos, recurrimos a la emulsión. Para hacer posible esa estabilidad, se utiliza como emulsionante la yema de huevo, y el resultado será la salsa mayonesa.

Otras salsas resultantes de emulsiones son, por ejemplo, las holandesas y las muselinas.

Para emulsionar con Thermomix utilice la **velocidad 4** para pequeñas cantidades (hasta medio vaso) y la **velocidad 5** para cantidades mayores.

Para mayonesas y muselinas, pese el aceite o la mantequilla derretida. Antes de incorporarlos mezcle bien el resto de los ingredientes. Después ponga el cubilete lleno de agua hasta la mitad (para que no baile) y, con la máquina en **velocidad 4**, vierta el aceite o la mantequilla líquida poco a poco sobre la tapa, para que éstos vayan cayendo lentamente dentro del vaso a través de la ranura.

Salsa cocktail

Tiempo de preparación: Thermomix 1 m

(para 500 g)

300 g de aceite de oliva virgen extra (0,4º) o aceite de girasol
3 yemas de huevo
80 g de ketchup
5 g de salsa Perrins
10 g de Brandy o Whisky
20 g de nata líquida
6 gotas de Tabasco
65 g de zumo de naranja
5 g de sal
30 g de mostaza de Dijon
1 pellizco de pimienta

> Pese el aceite y reserve. Ponga el resto de los ingredientes en el vaso y mezcle **10 segundos, velocidad 4**.

> Coloque el cubilete lleno de agua hasta la mitad para que no baile. Gire el selector a **velocidad 4**, vierta el aceite sobre la tapa poco a poco y, cuando haya caído por completo en el vaso por la ranura, pare el Thermomix.

Sugerencia: sirva esta salsa fría con salpicón de marisco, con huevos duros, etc.

Lactonesa

Tiempo de preparación: Thermomix 5 m

(para 500 g)

150 g de leche
1 diente de ajo
Sal
300 g de aceite de oliva
El zumo de ½ limón
Unas gotas de vinagre, opcional

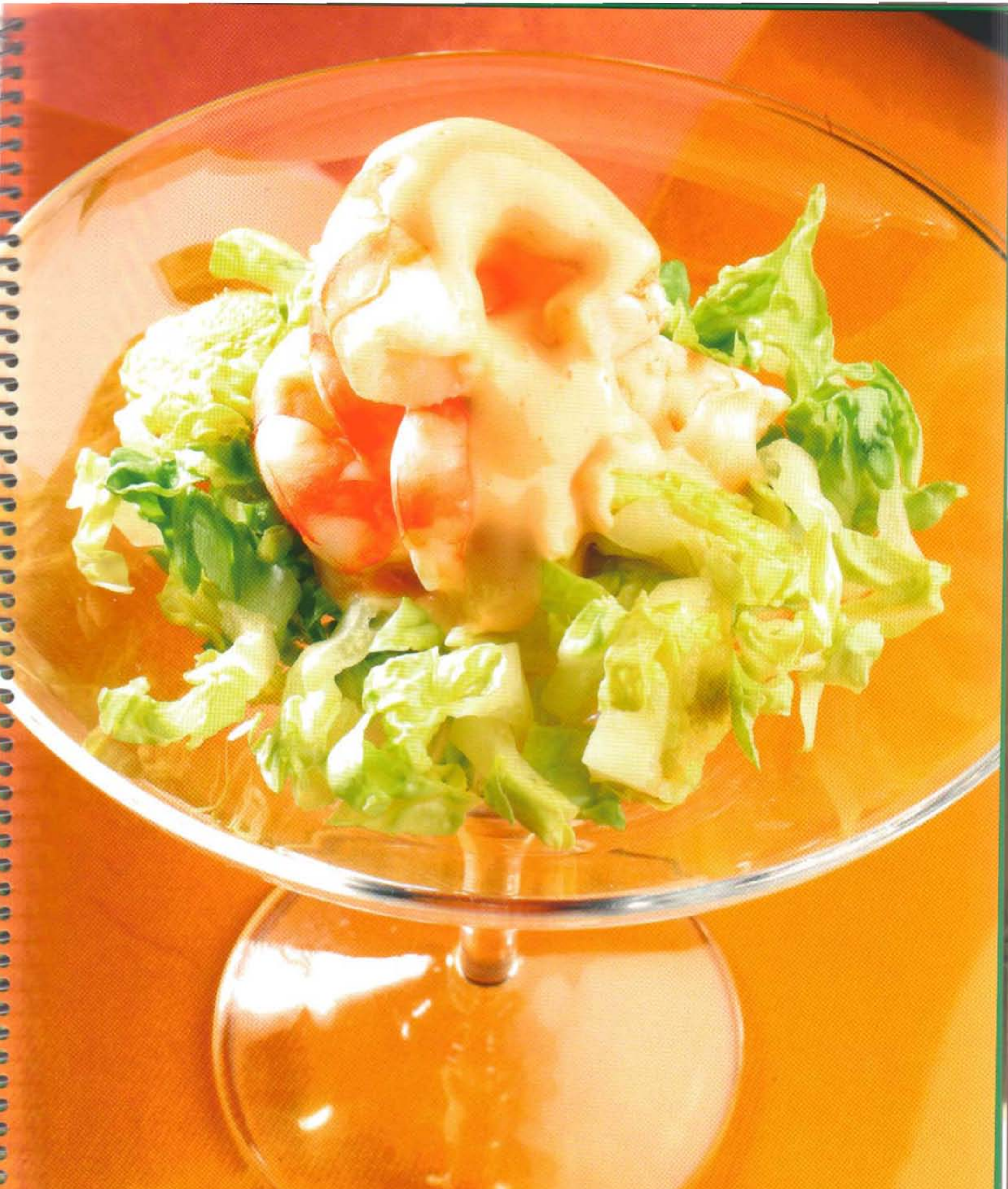
> Pese el aceite y reserve.

> Ponga en el vaso la leche, el ajo y la sal. Programe **1 minuto, temperatura 37º, velocidad 5** (si no pone el ajo, programe **30 segundos, temperatura 37º, velocidad 5**).

> Cuando termine, ponga un poco de agua en el cubilete para que no baile, programe **3 minutos, temperatura 37º, velocidad 5** y vaya echando el aceite, poco a poco, sobre la tapadera. Después añada el limón o vinagre y mezcle unos segundos a la misma velocidad.

> Pare la máquina y rectifique el punto de sal si fuera necesario.

Sugerencia: puede poner un poco de mostaza para darle color y variar ligeramente el sabor.



> Montar

Normalmente se montan: nata, claras de huevo, yemas de huevo, huevos enteros, leche, etc. Con ésta función al introducir aire en el ingrediente líquido, conseguimos alterar su textura y aumentar el volumen considerablemente, por lo que no debemos utilizar nunca más de 1 litro.

Consejos para montar nata:

Para montar poca cantidad (puede montar un mínimo de 200 g), utilizaremos la **mariposa** en las cuchillas, a **velocidad 3 1/2**.

Cuando la cantidad es de 1 litro **no utilice mariposa**, y programe **velocidad 5**.

El tiempo para montar nata dependerá de la cantidad y de la marca que utilice, por tanto tendrá que prestar atención a través del bocal hasta que esté perfectamente montada. Tenga en cuenta que si se excede en el tiempo, la nata se convertirá en mantequilla.

Utilice siempre nata para montar con un mínimo de 35% de materia grasa.

Agite bien antes de abrir el envase para que la grasa se reparta homogéneamente.

El vaso tiene que estar frío. Si ha cocinado anteriormente con el Thermomix, para enfriar el vaso triture hielo en **velocidad 5**, manténgalo unos segundos y vacíelo.

La nata también tiene que estar muy fría, aunque sin llegar a congelarse. Consérvela en el lugar más frío del frigorífico, no en la puerta.

Consejos para montar claras:

Es muy importante que el vaso, la mariposa y las cuchillas estén muy limpios, sin nada de grasa y que las claras no contengan restos de yema, de lo contrario no montarán.

Ponga **siempre** la **mariposa** en las cuchillas.

Se pueden montar claras sin programar temperatura. También se pueden montar las claras entre 37° y 70° dependiendo de la finalidad para la que queramos utilizar el merengue.

Calcule un minuto de tiempo por clara, **velocidad 3 1/2**. Puede añadir una pizca de sal o unas gotas de vinagre o limón para que queden más firmes.

Tiempo de preparación: Thermomix 6 m 14 s + 6 h de congelador

(para 6-8 personas)

Para el praliné:
200 g de azúcar
100 g de almendras crudas peladas

Para la tarta:
150 g de bizcochos de soletilla
6 claras de huevo
10 g de zumo de limón
1 pellizco de sal
500 g de nata líquida para montar
180 g de leche condensada

1 molde de 22 cm de diámetro y 6 cm de altura y varios boles



Tarta helada crocanti

> Ponga una sartén con el azúcar a fuego lento y cuando empiece a dorarse añada las almendras. Espere a que estén caramelizadas y extienda sobre papel vegetal. Deje enfriar completamente.

> Ponga los bizcochos en el vaso bien seco y programe **10 segundos, velocidad 5**. Compruebe que han quedado totalmente desmigados. Retire a una taza y reserve.

> Parta en trozos las almendras caramelizadas y póngalos en el vaso. Programe **4 segundos, velocidad 5**. Retire y reserve en un bol.

> Con el vaso bien limpio, ponga la **mariposa** en las cuchillas, agregue las claras, el zumo de limón y la sal. Programe **6 minutos, velocidad 3 1/2**. Retire y reserve en un bol grande.

> Sin lavar el vaso, ponga la **mariposa** en las cuchillas y monte la nata a **velocidad 3 1/2**. Esté pendiente hasta que quede bien montada. Retire y reserve en un bol grande.

> Haga un hueco en el centro de la nata montada, vierta la leche condensada y las claras montadas. Envuelva delicadamente con la espátula, para que no se bajen las claras, hasta que quede una mezcla homogénea.

> Cubra el fondo del molde con los bizcochos desmigados, vierta sobre ellos la mitad de la mezcla de claras y nata extendiéndola bien, espolvoree por encima la mitad del praliné, extienda el resto de la mezcla de claras y nata y por último cubra esta capa con el resto del praliné.

> Cubra la tarta con *film* transparente e introdúzcala en el congelador como mínimo 6 horas antes de servirla.



TIEMPO DE PREPARACIÓN: THERMOMIX 7 M 40 S

Espuma rápida de frutas del bosque

(para 8 personas)

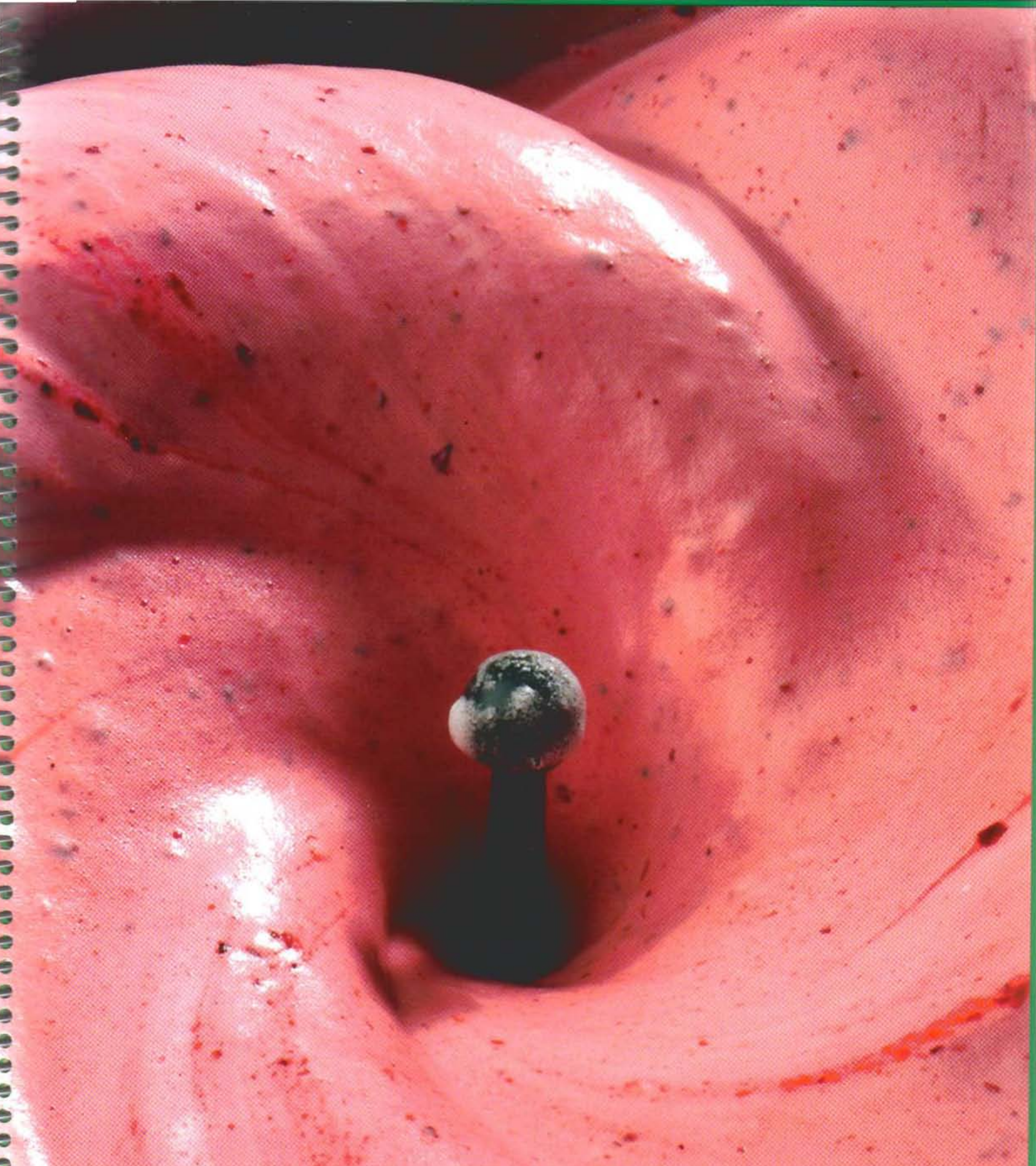
100 g de azúcar
300 g de frutas del bosque congeladas
2 cucharaditas de zumo de limón
2 claras de huevo, muy frías

> En el vaso bien seco ponga el azúcar y pulverícela **10 segundos, velocidad progresiva 5-10**.

> Separe las moras de la fruta congelada y reserve para la decoración. Ponga en el vaso el resto de la fruta y el zumo de limón, programe **30 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Compruebe que la fruta ha quedado bien triturada, de no ser así, repita la operación. Abra la tapa y baje con la espátula los restos de fruta triturada de las paredes del vaso hacia las cuchillas.

> Coloque la **mariposa**, incorpore las claras, ponga el cubilete invertido y programe **7 minutos, velocidad 3 1/2**. Vierta en un recipiente o en copas de helado, decore con las moras y sirva en el momento.





> Amasar

Con esta función conseguimos amasar sin ningún esfuerzo todo tipo de masas de panadería. Esta función está representada en el Thermomix con el símbolo de una espiga ( ). Generalmente antes de amasar utilizando esta función acostumbramos a mezclar la harina con los líquidos unos segundos en **velocidad 4-6**.

Para amasar pondremos el selector en posición **"vaso cerrado"**, y pulsaremos el botón de **velocidad Espiga**. En la pantalla aparecerá el símbolo de la espiga, que consiste en alternar 5 giros hacia la derecha y uno hacia la izquierda, igual que las amasadoras profesionales. El tiempo de amasado dependerá de cada receta. Por ejemplo, para una masa de pizza necesitaremos 30 segundos. En general, las masas con levadura de panadería quedarán mejor cuanto más tiempo se amasen.

Las medidas de harina que proporcionamos en nuestras recetas son aproximadas, ya que cada tipo de harina absorbe diferente cantidad de líquido. Habrá masas que puedan quedar secas (disociada en bolas), o blandas (pegajosa). Debe fijarse bien después del primer amasado y corregir la textura si fuera preciso, agregando agua o harina. La masa ideal debe quedar fina y lisa, que se pueda moldear con facilidad.

Al preparar masas, éstas pueden quedarse pegadas a las cuchillas, haciendo su limpieza más engorrosa. Una vez retirada la masa del vaso podemos "centrifugar" los restos pegados a las cuchillas **con uno o dos golpes de Turbo**.

Tiempo de preparación: Thermomix 2 m + 20 m de horno

(para 6 personas)

50 g de aceite de oliva virgen extra
200 g de agua templada
1 sobre de levadura de panadería o 20 g de levadura fresca prensada
400 g de harina
1 cucharadita de sal

Masa para pizza

> Precaliente el horno a 250º. Ponga el aceite, el agua y la levadura en el vaso, programe **1 minuto, temperatura 37º, velocidad 1**. A continuación programe **5 segundos, velocidad 4**.

> Añada la harina y la sal por el bocal, y programe **10 segundos, velocidad 4**.

> Programe **30 segundos, posición "vaso cerrado", velocidad Espiga**. Retire la masa del vaso con las manos aceitadas.

> Extiéndala en una bandeja de horno engrasada. Cúbrala con los ingredientes elegidos (salsa de tomate, mozarella, etc.) y cocínela en el horno, bajando la temperatura a 225º. Hornee 20 minutos aproximadamente.

Nota: se engrasa la bandeja con aceite para que la masa quede bien crujiente.

La masa de pizza puede dejarla reposar hasta que doble su volumen para preparar panes deliciosos.

La masa se puede congelar antes y después de hornear. Si es en crudo, sáquela del congelador con tiempo para que pueda aumentar su volumen.

Tiempo de preparación: Thermomix 6 m + tiempo de preparación, reposo y horno

(para un pan de 800 gramos)

350 g de agua
½ cucharadita de azúcar
40 g de levadura fresca prensada
600 g de harina de fuerza
2 cucharaditas de sal

Pan para quesos

> Vierta en el vaso el agua y el azúcar. Programe **2 minutos, temperatura 37º, velocidad 2**.

> Incorpore la levadura y programe **10 segundos, velocidad 3**.

> Añada la mitad de la harina por el bocal, y mezcle programando **10 segundos, velocidad 6**.

> Agregue el resto de la harina, la sal y mezcle **15 segundos, velocidad 6**.

> Programe **3 minutos posición "vaso cerrado", velocidad Espiga**. Deje reposar la masa dentro del vaso hasta que haya doblado su volumen.

> Precaliente el horno a 200º. Retire con las manos aceitadas la masa del vaso, dele la forma que desee (baguette, hogaza, etc.) o póngalo en un molde de plum cake. Cubra con una bolsa de plástico (a temperatura ambiente y fuera de corrientes de aire) y deje aumentar nuevamente el volumen. (Ver nota)

> Cuando haya crecido el pan por segunda vez introdúzcalo en el horno por espacio de 30 minutos.

Nota: cuando dé la forma definitiva al pan, hágalo sobre la bandeja o recipiente que vaya a utilizar en el horno porque no conviene mover mucho el pan, ya que podría perder el volumen conseguido con la levadura.

Pan para quesos >



Empanada de bacalao y manzana

TIEMPO DE PREPARACIÓN: THERMOMIX 30 M + TIEMPO DE PREPARACIÓN Y 35 M DE HORNO

(para 6-8 personas)

Para el relleno:
600 g de cebollas cortadas en trozos grandes
60 g de aceite de oliva virgen extra
300 g de bacalao desalado sin piel ni espinas, desmigado
180 g de manzana

Para la masa:
50 g de agua
50 g de aceite de oliva virgen extra
50 g de vino blanco
90 g de manteca de cerdo
1 cucharadita de sal
2 huevos
30 g de levadura prensada
450 g de harina, aproximadamente

1 molde circular metálico de 30 cm de diámetro



> **Para preparar el relleno** ponga las cebollas en el vaso, programe **4 segundos, velocidad 4**. Retire del vaso y reserve.

> Ponga en el vaso el aceite y programe **5 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1**.

> Una vez caliente el aceite, añada la cebolla reservada, y rehogue programando **15 minutos, temperatura Varoma, Giro a la izquierda, velocidad Cuchara**.

> Agregue el bacalao y sofría, programando **5 minutos, temperatura 100°, velocidad Cuchara**.

> Pele las manzanas, quite las pepitas y pártalas en rodajas no demasiado finas. Póngalas en un recipiente y vierta el sofrito de bacalao encima. Déjelo enfriar completamente.

> Precaliente el horno a 200°.

> **Para preparar la masa** ponga en el vaso todos los ingredientes excepto los huevos, la levadura y la harina, y programe **1 minuto, temperatura 37°, velocidad 2**.

> Añada la levadura y un huevo y mezcle programando **5 segundos, velocidad 3**.

> Incorpore la harina y programe **15 segundos, velocidad 6**. Programe **2 minutos, posición "vaso cerrado", y velocidad Espiga** para terminar de amasar totalmente.

> Retire la masa del vaso y divídala en dos. Estire una de las partes con el rodillo procurando que quede muy fina y forre el fondo y las paredes de un molde rectangular. Ponga encima el relleno cuando esté completamente frío. Estire la masa restante y cubra con ella el relleno. Selle bien los bordes pellizcándolos ligeramente.

> Bata el otro huevo en un bol. Pinche la superficie de la empanada y barnícela con el huevo batido. Baje la temperatura del horno a 180° y hornee la empanada durante 35 minutos.

Empanada de bacalao y manzana >



Tiempo de preparación: Thermomix 1 m + tiempo de preparación y horno

(para 6-8 personas)

Para la masa:
180 g de harina
60 g de manteca de cerdo blanca
30 g de aceite de oliva virgen extra
1 cucharada de anises
60 g de agua
10 g de anís seco (licor)
1 pizca de sal

Para el relleno:
180 g de azúcar
3 hojas de menta
La piel de medio limón
230 g de queso quark o requesón
2 huevos
10 g de zumo de limón

Para decorar:
Azúcar
4 hojas de menta

1 molde de 22 cm de diámetro

Tarta Flaó

> Precaliente el horno a 180º.

> Ponga en el vaso todos los ingredientes de la masa en el orden en que aparecen. Programe **12 segundos, velocidad 6**.

> Retire la masa del vaso, y cubra con ella un molde de 22 cm de diámetro presionándola con los dedos. Hornéela durante 15 minutos. Déjela enfriar sobre una encimera y mantenga el horno encendido.

> Para preparar el relleno: ponga el azúcar en el vaso y glasee programando **20 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Añada la menta y la piel de limón bien secas, y repita **20 segundos, velocidad progresiva 5-10**.

> Añada el resto de los ingredientes del relleno y mezcle programando **10 segundos, velocidad 5**. Vierta sobre la base preparada y hornee 30 minutos a 180º. Sabrá que está bien horneada si inserta una aguja en el centro de la tarta y ésta sale seca.

> Deje enfriar completamente, espolvoree con azúcar glass y adorne con las hojas de menta.



> Baño María

El tradicional "baño maría" consiste en poner a calentar ciertos ingredientes sin permitirles llegar al punto de ebullición. Para ello es necesario utilizar dos recipientes; en uno se pone agua a calentar y el otro recipiente de menor tamaño, con los ingredientes, se coloca dentro del mayor sobre el agua caliente.

¿Qué tipo de ingredientes no queremos que hiervan? Principalmente aquellos preparados que contengan huevo y que tengamos que emulsionar aplicando temperatura. Este es el caso de las salsas bearnesas, holandesas, etc. También preparamos natillas y otras cremas que no queremos dejar llegar a ebullición, pues los huevos se convertirían en tortilla. Para derretir chocolate sin que se cuartee, también es preciso derretirlo utilizando un baño maría.

Para todos estos usos y otros muchos más, el Thermomix nos ayuda enormemente gracias a la programación electrónica de la temperatura. Simplemente seleccionando una temperatura igual o inferior a 90° y la velocidad que corresponda, se hace innecesario utilizar diferentes recipientes y convierte al engorroso "baño maría" en un proceso anticuado.

En todas las recetas los tiempos son aproximados, porque dependen del tamaño de los huevos o yemas.

Cuando haga natillas o cualquier otra crema, mezcle bien los ingredientes en **velocidad 3** antes de proceder a su elaboración.

Para fundir chocolate es importante que el vaso esté muy seco. Primero se tritura unos segundos en **velocidad 7** y a continuación se derrite a **temperatura 37° velocidad 3** durante unos minutos, controlando periódicamente hasta que veamos que está completamente fundido.

Tiempo de preparación: Thermomix 6 m + tiempo de preparación y horno

(para 6-8 personas)

Para la masa:
150 g de harina
65 g de mantequilla
35 g de agua
1 pellizco de sal
1 pellizco de azúcar
1 cucharadita de levadura en polvo (Royal)

Para el relleno:
130 g de queso Gruyere
150 g de *bacon* en lonchas
400 g de leche entera
100 g de nata líquida
40 g de harina
30 g de mantequilla
10 g de aceite de oliva
Sal y pimienta al gusto
4 huevos grandes

1 molde de 22 cm de diámetro

Quiche rápida

> Precaliente el horno a 180º.

> Ponga en el vaso todos los ingredientes de la masa en el orden en que aparecen y programe **15 segundos, velocidad 6**.

> Cubra con esta masa un molde de 22 cm de diámetro presionándola con los dedos. Selle bien la masa contra los bordes y pinche con un tenedor la base y las paredes. Hornee 15 minutos. Reserve y mantenga el horno encendido a la misma temperatura.

> Ralle el queso programando **15 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Retire y reserve.

> Separe y reserve unas lonchas de *bacon* para decorar y trocee el resto programando **4 segundos, velocidad 5**. Reserve.

> Ponga en el vaso el resto de los ingredientes, excepto los huevos, el *bacon* troceado y queso rallado y programe **5 minutos, temperatura 90º, velocidad 4**.

> Añada los huevos y el *bacon* troceado y mezcle **5 segundos, velocidad 2**. Vierta en el molde sobre la masa el relleno, cubra con el queso rallado y adorne con las tiras de *bacon* reservadas. Introduzca en el horno 15 minutos.



Tiempo de preparación: Thermomix 23 m

Natillas con sabor a menta

(para 6 personas)

600 g de leche
25 g de hojas de menta
120 g de azúcar
6 yemas de huevo
Canela en polvo

> Ponga en el vaso la leche y la menta. Programe **15 minutos, temperatura 90°, velocidad 1**. Reserve en un recipiente y deje enfriar durante 15 minutos.

> Para colar la leche, coloque el cestillo y viértala, a través del mismo, dentro del vaso. Retire el cestillo con las hojas de menta. Añada el azúcar y las yemas y programe **8 minutos, temperatura 90°, velocidad 4**.

> Al finalizar el tiempo, vierta rápidamente las natillas en una fuente o en cuencos individuales. Deje enfriar y decore con la canela en polvo.

Natillas al aroma de menta >



> Cocinar en el vaso

Además de sus otras muchas funciones, el Thermomix es una olla inteligente en la que podrá cocinar los platos de toda la vida, con la ventaja de no tener que preocuparse de remover el guiso para que no se queme o se pegue. La posibilidad de programar el tiempo, la temperatura y la velocidad a la que queremos cocinar, le permitirá utilizar ese tiempo para realizar otras tareas o para relajarse.

Cocinar con Thermomix es fácil y divertido:

Al activar la **balanza**, el Thermomix pesará los ingredientes dentro del mismo vaso sin ensuciar más recipientes.

Cuando usted programe tiempo, el Thermomix le avisará con una señal acústica diciendo: "Ya terminé, ya terminé, ya terminé".

En el panel de mandos podemos elegir entre 8 diferentes temperaturas de cocción. Por ejemplo, programando 100° evitaremos los efectos nocivos de sobrecalentar las grasas. Controlamos la temperatura electrónicamente, por lo que el resultado de nuestros guisos será siempre el mismo y exactamente como deseamos. Hay que tener en cuenta que, **si no se ha programado tiempo previamente, la máquina no calentará.**

Seleccionando la **velocidad Cuchara** y **Giro a la izquierda**, nuestro Thermomix se encargará de remover lenta y suavemente incluso los guisos más delicados, como los arroces caldosos o el arroz con leche. Precisamente el **Giro a la izquierda** está diseñado para que las cuchillas giren en sentido contrario, por su lado romo y así no corten. De este modo las cuchillas se convierten en una suave cuchara de madera.

Imagínese el placer de conseguir una bechamel perfecta, que no se haya pegado a la sartén, que sin haberla removido no tenga ni un solo grumo, y todo ello porque el Thermomix es exacto en sus medidas, temperaturas y velocidades. Este es solamente un ejemplo de las virtudes de nuestro puchero mágico. A continuación compartiremos con usted otros buenos ejemplos.

Tiempo de preparación: Thermomix 1 h + 24 h de reposo

(para 500 g)

750 g de tomates de pera
50 g de pimiento rojo
35 g de cebolla
1 diente de ajo mediano
10 g de sal
1 palo de canela en rama
1 clavo
20 g de azúcar moreno
20 g de miel
40 g de vinagre de vino blanco

Salsa "Ketchup"

> Ponga en el vaso los tomates cortados en trozos grandes, el pimiento, la cebolla y el ajo. Trocee programando **3 segundos, velocidad 4**.

> Retire el cubilete y en su lugar ponga el cestillo apoyado en sus 4 patitas (sobre la tapa) y programe **20 minutos, temperatura Varoma, velocidad Cuchara**.

> Retire el cestillo y ponga el cubilete, triture **1 minuto, velocidad progresiva 5-10**. Con la espátula baje los restos de las verduras de la tapa y del interior del vaso hacia las cuchillas. Compruebe que las verduras han quedado bien trituradas. Dependiendo del agua que tengan los tomates, habrá que programar unos minutos más, **temperatura Varoma** y **velocidad Cuchara**, hasta que se obtenga la textura adecuada.

> Pinche el clavo en un extremo del palito de canela y añádalo al el vaso. Agregue el resto de los ingredientes y programe **40 minutos, temperatura 50º, velocidad Cuchara**. Rectifique de sal y vierta en un recipiente. Retire la canela con el clavo. Cuando se enfríe, tápelo y deje reposar un día antes de consumirlo. Conserve en el frigorífico.

Nota: esta salsa es probablemente la favorita de todos los niños acompañando perritos calientes, hamburguesas, etc.



Tiempo de preparación: Thermomix 28 m

Salsa boloñesa

(para 6-8 personas)

130 g de zanahorias
130 g de cebolla
1 diente de ajo mediano
50 g de apio o pimiento verde
180 g de champiñones
400 g de tomate natural triturado
50 g de aceite de oliva virgen extra
500 g de carne picada
1 hoja de laurel
Sal
Pimienta
Orégano

> Ponga en el vaso las zanahorias, la cebolla, el ajo y el apio o pimiento en trozos homogéneos. Trocee programando **2 segundos, velocidad 5**.

> Incorpore los champiñones y el tomate, y triture **15 segundos, velocidad 5-10**.

> Añada el aceite y sofría programando **7 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1**.

> Ponga sal, pimienta y orégano a la carne picada y agréguela al vaso con la hoja de laurel. Mezcle bien la carne con las verduras usando la espátula y programe **20 minutos, temperatura Varoma, Giro a la izquierda, velocidad Cuchara**.

Sugerencia: utilíce esta salsa para preparar lasaña, sobre la pizza o como acompañamiento para pastas. La carne picada puede ser de vacuno, cerdo o mezcla de ambas.

Tiempo de preparación: Thermomix 35 m 10 s

Confitura de pimientos del piquillo

(para 500 g)

1 lata de 400 g pimientos del piquillo
200 g de azúcar
100 g de vinagre de vino tinto
50 g de agua

> Escurra en el cestillo los pimientos, póngalos dentro del vaso y triture programando **10 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Con la espátula baje los restos de pimientos de la tapa y del interior del vaso hacia las cuchillas.

> Incorpore el resto de los ingredientes. En lugar del cubilete, coloque el cestillo apoyado en sus 4 patitas sobre la tapa y programe **35 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1**. Pase la confitura a un recipiente y conserve en el frigorífico.

Sugerencia: esta confitura es ideal para acompañar quesos y carnes o simplemente sobre pan tostado.



Croquetas de gambas

Tiempo de preparación: Thermomix 42 m + tiempo de preparación y fritura

(para 50 unidades)

200 g de gambas
30 g de aceite de oliva virgen extra
150 g de mantequilla
150 g de harina de trigo
30 g de harina de maíz (Maizena)
800 g de leche entera
2 cucharaditas de sal

Para rebozar:
Harina
2 huevos
Pan rallado
Aceite para freír

> Pele las gambas y córtelas con cuchillo en trozos pequeños (tamaño grano de café). Ponga el aceite en el vaso y programe **5 minutos, temperatura Varoma, velocidad 2**.

> Añada las gambas troceadas y programe **3 minutos, temperatura Varoma, Giro a la izquierda, velocidad Cuchara**. Vierta en un recipiente y reserve.

> Sin lavar el vaso, ponga la mantequilla y programe **3 minutos, temperatura Varoma, velocidad 4**.

> Abra la tapa y añada la harina de trigo echándola alrededor de las cuchillas. Rehogue programando **3 minutos, temperatura 100°, velocidad 2**.

> Vierta la harina de maíz, la leche y la sal. Mezcle programando **10 segundos, velocidad 7**. Programe **25 minutos, temperatura 100°, velocidad 4**.

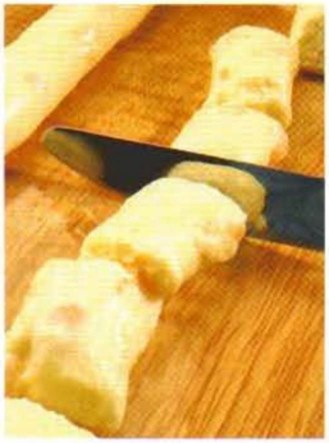
> Añada las gambas y mezcle con la espátula. Programe **3 minutos, temperatura 100°, velocidad 2**. Ponga la mezcla en una manga pastelera o en una fuente y deje enfriar.

> Una vez fría, forme las croquetas y páselas por harina, huevo batido y pan rallado. Fríalas como de costumbre en aceite bien caliente.

Sugerencia: si lo desea, puede poner pimienta y nuez moscada al gusto.









Croquetas de gambas >



Tiempo de preparación: Thermomix 46 m 4 s

(para 6 personas)

2 dientes de ajo medianos
150 g de cebolla
100 g de pimiento verde
100 g de pimiento rojo
70 g de aceite de oliva virgen extra
600 g de costillas adobadas cortadas en varios trozos
300 g de agua
500 g de patatas
1 hoja de laurel
Sal
Nuez moscada
Comino
Pimentón dulce

Patatas guisadas con costillas adobadas

> Ponga en el vaso el ajo, la cebolla y los pimientos en trozos medianos y trocee programando **4 segundos, velocidad 5**. Con la espátula baje los restos de las verduras de la tapa y del interior del vaso hacia las cuchillas.

> Vierta el aceite por el bocal y sofría programando **10 minutos, temperatura 100°, velocidad 1**.

> Coloque la **mariposa** en las cuchillas, añada las costillas y programe **4 minutos, temperatura 100°, velocidad 1**.

> Vierta 100 g de agua y programe **10 minutos, temperatura 100°, velocidad 1**.

> Incorpore las patatas cortadas en trozos medianos y la hoja de laurel. Rehogue programando **3 minutos, temperatura 100°, Giro a la izquierda, velocidad Cuchara**.

> Agregue los condimentos y el resto de agua. Programe **22 minutos, temperatura 100°, Giro a la izquierda, velocidad Cuchara**, y coloque el cestillo apoyado en sus 4 patitas sobre la tapa para evitar salpicaduras.

> Sirva estas patatas guisadas calientes, como primer plato o como plato único.



Arroz milanesa con boletus

Tiempo de preparación: Thermomix 35 m

(para 6 personas)

100 g de queso Parmesano
130 g de cebolla
1 diente de ajo grande
50 g de aceite de oliva virgen extra
300 g de boletus, frescos o congelados
350 g de arroz
900 g de caldo de carne (ver pág. 90)
50 g de mantequilla
Sal
Pimienta

> Ponga en el vaso bien seco el queso en trozos y rállelo programando **15 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Retire y reserve.

> Añada la cebolla y el ajo y trocee **4 segundos, velocidad 4**. Repita la operación si algún trozo quedara muy grande. Con la espátula baje los restos de cebolla de la tapa y del interior del vaso hacia las cuchillas.

> Vierta el aceite y sofría programando **7 minutos, temperatura 100°, velocidad 1**.

> Coloque la **mariposa** en las cuchillas. Corte los boletus en láminas y añádalos al vaso. Rehogue programando **5 minutos, temperatura 100°, velocidad 1**.

> Abra la tapa, añada el arroz echándolo alrededor de la mariposa. Rehóguelo programando **3 minutos, 100°, velocidad 1**.

> Vierta el caldo y programe **17 minutos, temperatura 100°, velocidad 1**. Compruebe si el arroz está en su punto y, si fuera necesario, programe 2 ó 3 minutos más. También compruebe el punto de sal.

> Agregue la mantequilla, el Parmesano, la sal (si fuera necesario) y la pimienta por el bocal. Mezcle programando **30 segundos, velocidad 1**. Deje reposar 2 minutos y sirva caliente.

Dulce de leche

Tiempo de preparación: Thermomix 46 m

(para 500 g)

1 litro de leche entera
350 g de azúcar
½ cucharadita rasa de bicarbonato

> Ponga en el vaso todos los ingredientes, coloque el cestillo sobre la tapa y programe **45 minutos, temperatura Varoma, velocidad 5**.

> Programe **30 segundos, velocidad 5**, para terminar de mezclar. Vierta en un tarro y deje enfriar. Conserve tapado en el frigorífico.

Sugerencia: utilice para relleno de tartas, alfajores, Bagrir, etc.



> Cocinar en el cestillo

El **cestillo** del Thermomix nos ofrece las siguientes posibilidades:

Podemos **cocinar por inmersión** ingredientes delicados o guarniciones que no queramos mezclar ni triturar. Coloque los ingredientes en el cestillo y éste dentro del vaso. Para sacar el cestillo del vaso encaje la espátula en el orificio de sujeción, asegúrese que queda bien encajado y levántelo. Por ejemplo, podemos cocer arroz blanco, huevos duros, o sopa de arroz (pág. 90).

El cestillo es muy útil en la preparación de caldos. Aquellos ingredientes duros que únicamente sirvan para dar sabor al caldo pero que pudieran bloquear las cuchillas, irán en el cestillo. Es el caso de huesos de caña, puntas de jamón muy curado, etc.

También podremos **cocinar al vapor** pequeñas cantidades de alimentos, que no precisen tiempos de cocción largos, ya que solamente utilizaremos 1/2 litro de agua para producir vapor: seleccionaremos el tiempo que corresponda, **temperatura Varoma** y no superaremos la **velocidad 2**.

Normalmente colocaremos en el cestillo los filetes de carne o pescado enrollados y en posición vertical para permitir que el líquido o el vapor circule por las rejillas del cestillo y la cocción sea uniforme.

Tiempo de preparación: Thermomix 27 m

Sopa de arroz

(para 6 personas)

100 g de arroz
20 g de raíz de jengibre fresca
2 dientes de ajo
50 g de aceite de oliva virgen extra
1.250 g de agua
1 cucharadita de sal
Perejil picado para decorar

> Programe la balanza y pese el arroz en el cestillo. Retire el cestillo con el arroz y reserve.

> Ponga en el vaso el jengibre pelado y los ajos, trocee **4 segundos, velocidad 4**. Con la espátula, baje los restos de jengibre y ajo de la tapa y del interior del vaso hacia las cuchillas.

> Vierta el aceite en el vaso y sofría **7 minutos, temperatura 100°, velocidad 1**.

> Añada el agua y la sal, introduzca el cestillo con el arroz dentro del vaso y programe **20 minutos, temperatura Varoma, velocidad 4**. Introduzca la espátula por el bocal y remueva el arroz en el cestillo frecuentemente, sin parar el motor.

> Vierta el arroz y el caldo en una sopera, espolvoree con perejil picado y sirva bien caliente.

Nota: es un plato muy ligero, ideal para personas convalecientes o inapetentes.

Tiempo de preparación: Thermomix 45 m

Caldo de base

(para 1 litro de caldo)

5 garbanzos crudos
20 g de arroz
30 g de judías verdes
20 g de nabo
20 g de zanahoria
20 g de puerro
20 g de apio
80 g de tomate
1 litro de agua
1 hueso de jamón
1 hueso blanco de cerdo
1 hueso de rodilla de vaca
250 g de carne de gallina
Sal

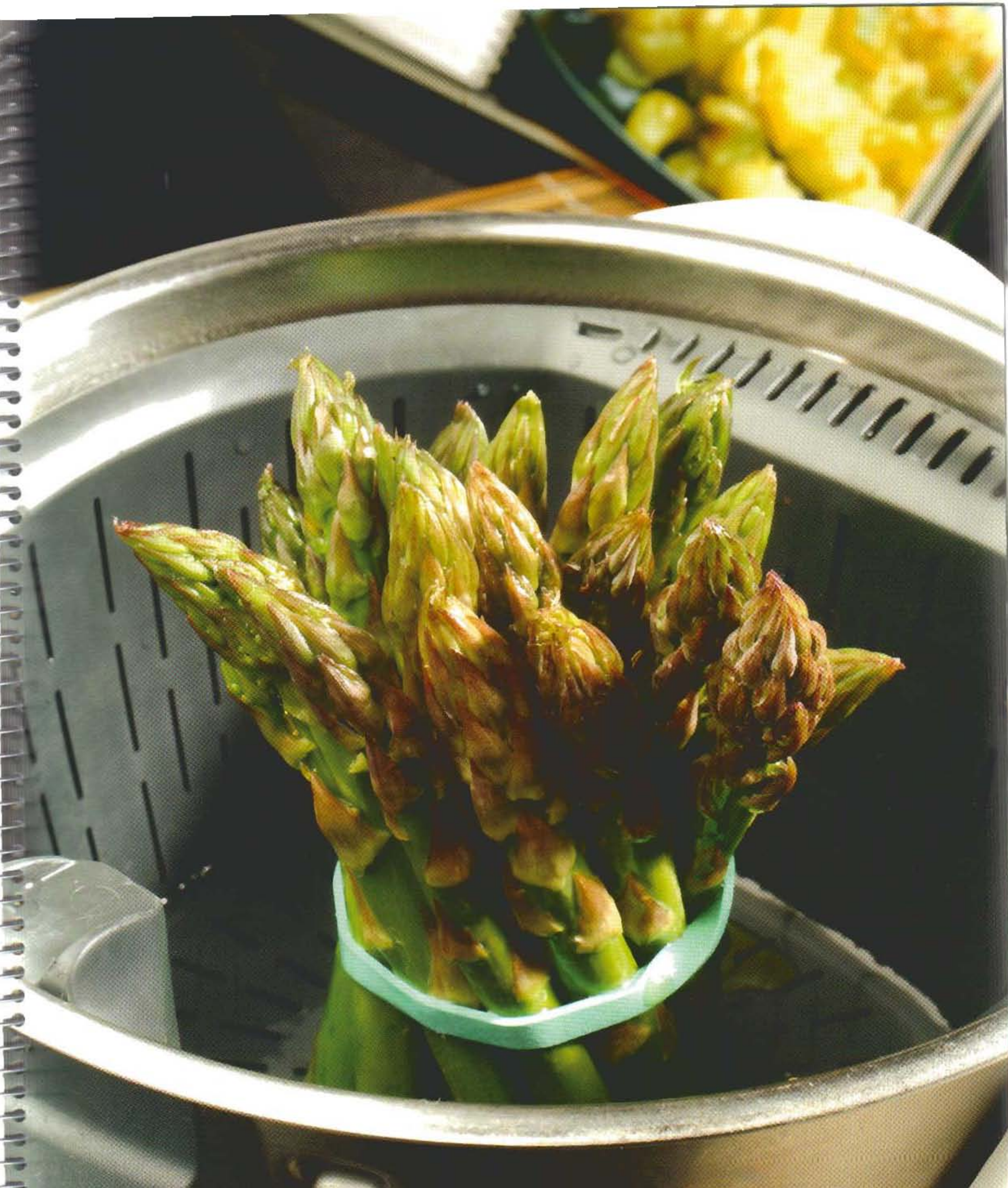
> Ponga en el vaso bien seco los garbanzos y el arroz, pulverice **20 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Compruebe que ha quedado bien fino, de no ser así repita la operación.

> Incorpore las verduras y 200 g de agua, triture programando **25 segundos, velocidad progresiva 5-10**. Con la espátula baje los restos de las verduras de la tapa y del interior del vaso hacia las cuchillas.

> Introduzca los huesos, la gallina y la sal en el cestillo, colóquelo dentro del vaso y agregue el resto del agua. Programe **45 minutos, temperatura 100°, velocidad 3**.

> Saque el cestillo con la espátula y compruebe el punto de sal del caldo.

Sugerencia: puede utilizar este caldo inmediatamente como sopa, como caldo para arroces y paellas o para añadir a otros guisos. También lo puede congelar para consumir más adelante.



Tiempo de preparación: Thermomix 18 m

(para 4 personas)

20 g de pimentón dulce
20 g de aceite de oliva virgen extra
Sal
700 g de rape en lomos
½ litro de agua

Rape alangostado

> Mezcle en un cuenco el pimentón con el aceite y la sal. Reserve.

> Limpie los lomos quitándoles la piel y la espina. Si los lomos son muy anchos porque el rape era grande, habrá que cortarlos longitudinalmente para obtener unos lomos de hasta 4 cm de diámetro.

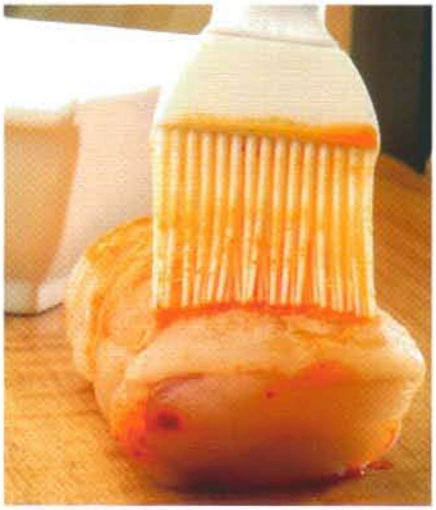
> Ate los lomos con hilo de cocina, pasando primero el hilo a lo largo del lomo y después a lo ancho, dejando dos dedos de separación entre vuelta y vuelta. Se trata de simular la forma de la cola de una langosta. Pinte los lomos con un pincel de cocina con la mezcla del aceite y pimentón. Introduzca los lomos verticalmente en el cestillo y reserve.

> Ponga el agua en el vaso y programe **8 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1**.

> Coloque el cestillo dentro del vaso, no olvide poner el cubilete y programe **10 minutos, temperatura Varoma, velocidad 3**. Saque el pescado y déjelo enfriar. Retire el hilo de cada lomo. Sirva cortado en rodajas de 1 cm de grosor.

Sugerencia: acompañe el rape "alangostado" con una salsa mayonesa o una vinagreta.









> Cocinar al vapor con Varoma

El Thermomix no sería perfecto sin este extraordinario recipiente **Varoma**, que nos permite cocinar al vapor todo tipo de alimentos, posibilitándonos la preparación de platos saludables y deliciosos.

La cocción al vapor es cada vez más frecuente en todo el mundo. Sus propiedades beneficiosas para la salud, convierten a la **cocina al vapor** en una de las alternativas culinarias más valorada de los últimos tiempos.

Los alimentos cocinados al vapor conservan más vitaminas y sales minerales. Por ello, se intensifican el sabor y el color, y la textura de los alimentos es más firme. Cocinando al vapor elaboramos platos de carnes y pescados con menos grasa. Es la forma de cocinar predominante en **dietas** de adelgazamiento, para reducir los niveles del colesterol nocivo, y para reducir la hipertensión, al no ser necesario añadir sal, que además de retener líquidos, es perjudicial para la tensión alta.

El recipiente **Varoma** está fabricado con el mejor acero inoxidable. Su tapa y bandeja interior son de plástico de alta calidad apto para el contacto con los alimentos. El recipiente **Varoma** se coloca sobre la tapa del vaso, sin el cubilete, para permitir la salida del vapor. No sobrepase la capacidad del recipiente **Varoma**, ya que si la tapa no queda perfectamente encajada, se escapará el vapor. Asimismo, mantenga algún espacio de rejilla en el recipiente y la bandeja interior libre de alimentos para que pueda entrar el vapor. De esta forma la cocción será uniforme.

Para cocinar al vapor con el Thermomix, además de utilizar el recipiente **Varoma**, deberemos programar la temperatura que lleva su nombre y que es la más alta del Thermomix. La **temperatura Varoma** consiste en llevar a ebullición el contenido del vaso, facilitando así la evaporación de líquidos. Es la temperatura que programamos cuando queremos reducir el líquido de una receta o una salsa. Por tanto, mientras cocinamos alguna receta que precise un tiempo prolongado con temperatura Varoma, podremos aprovechar ese vapor para cocinar en el recipiente **Varoma** algún otro plato y ahorrar tiempo mientras preparamos varios platos distintos simultáneamente. Por ejemplo, mientras se cocina un pisto en el vaso, podemos cocinar al vapor, en el recipiente **Varoma**, unas patatas, unos huevos, o un pescado en papillote. Cuando cocinemos simultáneamente varios platos, tendremos que envolver en *film* transparente o papel de aluminio aquellos alimentos del recipiente **Varoma** que no queramos que den sabor u olor al plato que estemos cocinando en el vaso.

Si únicamente queremos cocinar al vapor, herviremos simplemente agua en el vaso. La cantidad de agua dependerá del tiempo que necesitemos cocinar el plato en cuestión. Por ejemplo, por cada 30 minutos de cocción al vapor, necesitaremos hervir medio litro de agua.

Cuando finalice la cocción, tenga precaución al abrir la tapa. Hágalo siempre con manoplas y en el sentido opuesto a usted para que el vapor salga en la dirección contraria.

Verduras al vapor

Tiempo de preparación: Thermomix 35 m

(para 6 personas)

750 g de agua
200 g de patatas en rodajas
200 g de brécol
200 g de coliflor
200 g de calabacín
200 g de guisantes congelados
Sal, opcional

> Ponga en el vaso el agua y programe **10 minutos, temperatura Varoma, velocidad Cuchara**.

> Coloque en el **recipiente Varoma** las patatas en rodajas de 1 cm, el brécol y la coliflor en ramilletes. Coloque la **bandeja** encima, ponga el calabacín sin pelar, cortado en rodajas de 1 cm, y los guisantes. Cubra con la tapa del recipiente Varoma.

> Ponga el recipiente **Varoma** con las verduras sobre la tapa del Thermomix y programe **25 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1**. Compruebe el punto de cocción y, si es necesario, programe unos minutos más. Añada sal si lo prefiere.

Puerros al vapor con huevos duros

Tiempo de preparación: Thermomix 36 m

(para 8 personas)

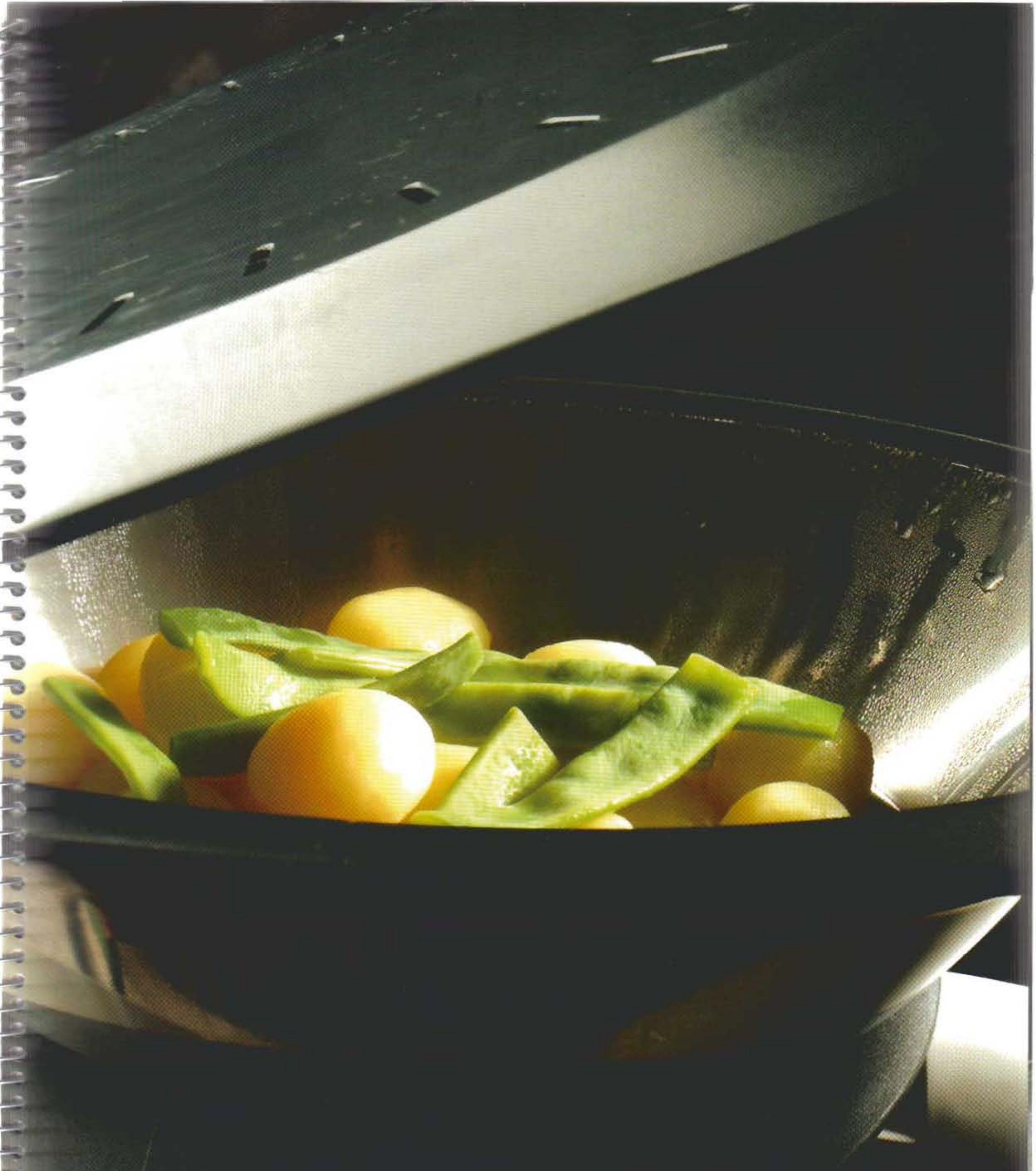
750 g de agua
1 kg de puerros (parte blanca)
4 huevos

> Ponga en el vaso el agua y programe **10 minutos, temperatura Varoma, velocidad Cuchara**. Coloque los puerros y los huevos en el recipiente **Varoma**.

> Coloque el **recipiente Varoma** sobre la tapa del Thermomix y programe **25 minutos, temperatura Varoma, velocidad Cuchara**. Destape el **Varoma**, deje enfriar los puerros y los huevos.

> Pele los huevos, córtelos en cuartos, y sírvalos en una bandeja con los puerros cubiertos con una vinagreta de pimientos (pág. 14)

Sugerencia: si prefiere tomar los puerros calientes, sustituya la vinagreta por una salsa a base de mantequilla, o una bechamel ligera, etc.



Tiempo de preparación: Thermomix 35 m, 4 s

Mejillones al vapor con salsa picante

(para 6 personas)

120 g de cebolla
1 diente de ajo
85 g de aceite de oliva virgen extra
½ cucharadita de guindilla picada
1 kg de mejillones gallegos
200 g de tomate triturado
100 g de vino blanco
Sal

> Ponga la cebolla y el ajo en el vaso. Trocee programando **4 segundos, velocidad 5**. Con la espátula, baje los restos de cebolla y ajo de la tapa y del interior del vaso hacia las cuchillas.

> Añada el aceite y la guindilla. Sofría programando **7 minutos, temperatura 100°, velocidad Cuchara**.

> Limpie los mejillones y póngalos en el **recipiente Varoma**. Reserve.

> Vierta en el vaso el tomate, el vino y la sal. Coloque el recipiente **Varoma** encima de la tapa del Thermomix y programe **13 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1**.

> Retire el recipiente **Varoma**, ponga el cestillo apoyado sobre sus 4 patitas sobre la tapa del Thermomix y reduzca la salsa, programando **15 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1**.

> Quite a cada mejillón una de las valvas y los restos de barbas, si las tuviera. Colóquelos en una fuente y cúbralos con la salsa. Sirva en el momento.



VORWERK

Lo mejor de nosotros para su familia

Edita
Vorwerk España Management, S.L., S.C.

Directora Comercial de Thermomix España
Teresa Barrenechea

Elaboración y desarrollo de recetas
Teresa Vides
Cristina Vela
David del Palacio

Redacción
Yolanda Romero
Cristina Vela
David del Palacio

Fotografías
Sacha Hormaechea

Diseño gráfico
Santiago Carballal

Fotomecánica
Da Vinci, S.A.

Impresión
Impresión Digital Da Vinci, S.A.

Depósito Legal: M-34876-2006

Vorwerk España garantiza las recetas publicadas en el presente volumen, no responsabilizándose de aquellas ajenas al mismo

Teléfono de atención al cliente: 902 33 33 50

www.thermomix.es

Le recordamos la posibilidad de asistir a clases gratuitas de cocina con THERMOMIX

Thermomix

VORWERK

Lo mejor de nosotros para su familia

Teléfono de atención al cliente: 902 33 33 50

www.thermomix.es

Vorwerk España garantiza las recetas publicadas en el presente volumen,
no responsabilizándose de aquellas ajenas al mismo.
Le recordamos la posibilidad de asistir a clases gratuitas de cocina con THERMOMIX

Thermomix

1ª Edición. Septiembre 2006 490.975.0